

Estd. 1934.

May 1960

Price

As. -/8/-



OM ~~for sale~~  
Delhi A

OM



DELHI







چیف ایڈیٹر  
گورکھ ناتھ  
نندہ

رسالہ اوم دہلی

ایڈیٹر  
برہما ناتھ  
بی۔ اے

فہرست مضامین بابت ماہ مئی ۱۹۴۰ء

سالانہ چندہ ۶/۸ روپیہ - ممالک غیر سے ۸/۸ روپیہ قیمت فی پرچہ ۱/۸

۱	گوردپیش (نظم)	۲	شری سوامی پری پورنا منند جی -
۲	اپنشدوں کا ہانتر	۳	شری بھاگ مل جی سائینی -
۳	بقائے دوام (نظم)	۴	شری لوبت رائے جی شتوخ
۴	ہاتما گاندھی کے زرین حیات لالا	۵	مانوڈ
۵	گاندھی (نظم)	۱۰	شری جگن ناتھ جی آزاد
۶	بس میں ہوتے آئے بھگوان بھگت کے	۱۱	شری ہری چند جی خوشدل
۷	مسافر (نظم)	۱۳	شری ملک راج جی ہمنند
۸	ایک ہاتما کا پرشاد	۱۴	لالہ جگن ناتھ جی کھنہ بی بی -
۹	ذات باری (نظم)	۱۶	لالہ جگن ناتھ جی کھنہ صفی
۱۰	شیطان کا تاسف	۱۷	لالہ کانشی رام جی چادلہ
۱۱	دنیا (نظم)	۲۰	ڈاکٹر راج بہادر جی درسا راز
۱۲	مست کی تلاش	۲۱	شری ایس۔ این گندھرو
۱۳	برباد نہ کر میرا خون اس برقی تپاں کو کون کہے	۲۳	امیر لشکر امروہاوان پنڈی داس جی قمر
۱۴	ساتوک و چار دھارا	۲۴	شری شیلانی
۱۵	اقوال زرین (نظم)	۲۵	شری شیم لال عابد
۱۶	سواستھ رکھشا	۲۶	حکیم نند لال جی پوری
۱۷	کوچہ دلدار (نظم)	۲۸	شری دکھ ہرن ناتھ نگہت
۱۸	پراچین ہندوستان کی خوشحالی -	۲۹	شری دشت شٹ سوامی جی
۱۹	تیرے لئے (نظم)	۳۱	شری ساجن بھارتی
۲۰	میت پر یاگ اور بھارت سادھو سماج	۳۳	سوامی گیان ناتھ جی ہاراج
۲۱	حفرت عیسے کا پیغم (نظم)	۳۴	شری فتح چند جی لیسیم
۲۲	ادم ست سنگ	۳۵	دولان پنڈی داس جی چوڑہ
۲۳	ختم	۳۶	حکیم ریملا داس جی مہنظر
۲۴	ہمارا جہ گوپی چند	۳۸	پنڈت وشنو دت جی
۲۵	دیر سدا مل (نظم)	۴۰	کوی لوکنا تھ دل



# گورو واپدیش

تت تو م اسی

از قلم - شری سوامی پری پور نانک جی راج

ہے ذات اپنی سے خود تو قائم سمجھنا خود کو وبال کیا ہے  
نہیں ہم تعجب میں سن کے تم سے نفی خودی کی ہر سخت مشکل  
ہیں نام و صورت یہ مختلف جو نہیں ہیں ایذا ساں یہ رگز  
ہویدا ہونے کا جو ذریعہ اُسے ہی سمجھے ہو تم تو پروردہ  
نہ ذات تیری میں کوئی دنیا نینک بد کانٹان تک ہی  
لرز نہ ہرگز اجل کے ڈر سے ہر موت کی بھی تو موت تجھ سے  
بٹھائی دل میں کہ ذات میری ہے محض علم و سرور ہستی  
میں سب کا شاہد چوں مہر نور خوشی نہ مجھ میں ملال کیا ہے

ہمیشہ قائم تو ذات اپنی سے خود کو دیکھو وہ چشمِ عرفاں  
اٹھا پروردہ خودی کا خود سے تو خود ہے پور وصال کیا ہے



# ایک شہر کا

## بیخونی اور طمانیت دینے والا نہا منتر

از: شہری بھاگ مل جی سائینی

اے امرت پتر! تو اُمتا کے پہلو سے ہمیشہ مت ہے۔ تیرے لئے ایسا کوئی دقت نہیں جس میں تو موجود نہ ہو، اگر تیری ہستی نہ ہو تو زمانہ اپنی ہستی کیونکر رکھ سکتا ہے۔ تیری ہستی سے ہی وہ ہست سا ہو رہا ہے زمانہ تجھ میں ہے نہ کہ تو زمانہ میں۔ جب تو اپنی طاقت (پرکاش) من کو مستعار دیتا ہے تو پھر وہ سوچتا ہے اور زمانہ کی پیدائش ہوتی ہے۔ اگر تو اپنی طاقت من کو مستعار نہ دے۔ تو پھر سوچتا ہی نہیں۔ جب سوچنا ہی نہیں تو زمانہ بھی نہیں۔ پھر تم اپنے آپ کو زمانہ کی قید میں کیوں خیال کرتے ہو۔ یہ تیرا ایک ظہور ہے اور اپنی ہستی کے لئے سراسر تیرا محتاج ہے تو تو لامحدود ہے۔ تیرا آغاز و انجام ہی نہیں۔ اس لئے تو سدا زمانے کی قید سے مبرا و معرا ہے۔ ایسے ہی تو کسی دیش میں بھی نہیں۔ بلکہ زمانہ کی طرح یہ بھی ایک تیرا ظہور ہے۔ دونوں جڑ (پر پرکاشی) ہونے کی وجہ سے خود بخود ثابت نہیں۔ کسی ہستی سے ہی جانے جاتے ہیں۔ جب تک ان کے جاننے والا تو موجود نہ ہو۔ ان کے ہونے کا خیال ہی کیونکر ہستی رکھ سکتا ہے تو ابھی اُمتا کے پہلو سے یہیں خوب کمال ہے۔ مرنے کے بعد کمال پانے کا خیال سراسر دھوکہ ہے۔

مرنے کے بعد تھقی اور پرآئندہ زمانوں میں قائم رہنے کی خواہش مرضِ خودی ہے۔ انفرادی بقا کا خیال سراسر بھول بھرم ہے۔ بے سمجھی ہے۔ جُداگانہ ہستی ہمیشہ محدود و تغیر پذیر اور فانی ہے۔ اس لئے مرنے کے بعد شخصی بقا کی خواہش صرف تادیبی اور جہالت میں ہی اٹھتا کرتی ہے۔ نرک سورگ جنم مرن وغیرہ کے خیالات اور سوالات محض خودی کے ہی دھوکے ہیں۔ تجھ لا محدود اُمتا میں لاگزنا نہیں جو مورکھ پرش امر ہونے کے معنی آئندہ زمانوں میں انفرادی طور پر سدا ہی بنے رہنے کے سمجھ رہے ہیں۔ وہ محض غلطی پر ہیں۔ وہ صاف طور پر اپنے جسم کے لئے ہی ابدی زندگی ڈھونڈ رہے ہیں۔ ع

”این خیال است مجال است جنوں“

تجھ میں طاقت ہے تجھ میں زور ہے، موت و فکر کے خیالات اپنے اوپر غالب نہ آنے دے۔ اُمتا موت و فکر دونوں سے آزاد ہے۔ تیری حیثیت دراصل اس قسم کی ہے جس کے اپنے اندر امرت کی دھارا بہہ رہی ہے اور پھر بھی تجھ کو زندگی کے لالے پڑے ہوں۔ مایا اور آگیان نے اس طرح تجھ کو دلوچ رکھا ہے۔ کہ تو اپنی اصلیت اُمتا کی طرف ذرا بھی متوجہ نہیں ہوتا۔ تجھ کو اپنے اُمتا ہونے کی خبر نہیں۔

اے امرت پتر! اس دقت ممکن ہے کہ تو یہ بات نہ مانے کہ ضرورت کے دقت رام کرشن کا پیداکرنے والا تو آپ ہی ہے۔ یعنی



جس کو کمالی اقدار کہا جاتا ہے۔ اُس کو تو خود ہی ضرورت کے دقت پیدا کرنے والا ہے۔ تیری شان اور بزرگی کا بیان کس سے ہو سکتا ہے دیوتا اور فرشتے معذور ہیں۔ برہما بھی شاید یہ حوصلہ نہ کر سکے۔

اپنے جسم کی چھوٹائی، کمزوری اور بے بسی کو ہی محسوس کر کے تجھے ایک قیاسی بیرونی ہستی کا خیال پیدا ہوتا ہے تو اس کے آگے روتا اور گرتا پڑتا ہے۔ اُسے امرت پتہ! تیری ہستی لامحدود ہے۔ وہ کسی کی غلام نہیں۔ وہ ہر پہلو پر سدا پورن ہے تو ہی محدود مشکل کا سہارا اور مالک ہے تیری آتما میں خالق و مخلوق کی سمائی نہیں۔ کل موجودات تیری روحانی ذات کا جلوہ ہے۔ جو عین محبت، عین نور، عین سرور ہے۔

دہم خودی میں پھنس کر تو اپنے آپ کو جسم سمجھ رہا ہے۔ جب تیری نگاہ خودی کے دھوکے سے باہر آئے گی۔ تو تجھے صاف صاف معلوم ہوگا۔ کہ تیری ہستی کے سوا دوسرا کچھ ہے ہی نہیں۔ دہم خودی میں بہت لاپرواہ کر کے تو کچھ نہ کچھ بن رہا ہے۔ اور اپنے لئے ترقی چاہتا ہے۔ کچھ بننے کے اندر اس کے مٹنے کا خیال سد اخفی رہتا ہے۔ اس لئے خاص صفات حاصل کرنا اور ترقی کی اُمید دلوں دھوکے میں کچھ بنتا اور مکتی متفاد چیزیں ہیں۔

جب تو خیالات جذبات اور ارادات سے بالاتر پاک ہستی نور منزہ اور خالص ہے سب کچھ تجھ سے، تیرے اندر، تیرے سہارے تیرا اپنا ہی ظہور ہے۔ تو عین خود کمال ہے۔ اس لئے ہی تو تو اپنے جسم کے نقائص کو جانتا ہے۔ ترقی، تنزلی تیرے ظہور میں ہیں۔ تیری ہستی میں ان کی سمائی نہیں۔ تو نفا علیت سے مبرا ہے۔ لیکن جملہ افعال کامر چشمتہ بھی تو ہے۔

تو ایک ذات واحد آتما ہے۔ اور ذاتی ماہیت سے ہی محنت سرور ہے۔ مسجدوں اور مقامات مقدسہ میں تو کیا ڈھونڈتا پھرتا ہے۔ تو ہر شے کے اندر تو اس کرتا ہے۔ خواہ تیرے سر پر کوئی خاک ڈال دے یا پھولوں کی ٹوکری۔ تیرا اس سے نہ کچھ سنو رہا ہے نہ بگڑتا۔ تو اپنی ہستی سے آپ بہت ادراپنا سہارا ہوا ہوا سب کا سہارا ہوتا ہے تو حقیقت لامحدود ہے۔ کیوں آپ کو محدود مان کر گریہ زاری کر رہا ہے تو غیر فانی اور سدا مقدس ہے۔ جب تو آگیاں سے اپنے آپ کو ایک جسم مان لیتا ہے۔ تو تیری زمانی طور پر دائیم رہنے کی خواہش ہوتی ہے جو امر حال ہے۔ تیری ذات پاک اور اکال صورت ہے۔ تجھ میں موت پیدائش نہیں۔ نہ تجھ میں کوئی بیماری ہے۔ نہ کسی قسم کی کوئی مفیبت۔ تیرا حال غیر محدود اکاش سا ہے جس پر خیالات، جذبات اور ارادات کے بدل آن کی آہ میں چھال جاتے ہیں۔ گھڑی بھرہ کہ پھر غائب ہو جاتے ہیں۔ بطلن پھر دیے کا دیسا ہی صاف نظر آتا ہے۔

اپنی کمالی خیالی چھوڑ۔ تو تقدس تاب ہے۔ پیدائش اور اموات کے خیالات سے پرہیز کر۔ تو من سے برے ہونے کے باعث نماں مکاں اور غلت و معلول سے بھی ادھر سے۔ من بڑھی بذات خود روشن نہیں۔ اسی سے تو ان میں زوال ہے۔ تو ذاتی ماہیت سے ہی نور سرور ہے۔ اس سے تو تجھ میں زوال کو راہ نہیں جس میں نور کہیں باہر سے آئے وہ کبھی روشن ہوتی ہے۔ اور کبھی تاریک۔ تجھ ذات نور سے کون نور نکال کر کہیں لے جاسکتا ہے یا دے سکتا ہے تو آفتاب حقیقت تو آفتاب حقیقت ہے۔ تجھ سے جملہ عالم روشن متعارف رہے۔ تو حقیقت میں قانون قدرت کی حد سے باہر ہے۔ قدرت کے قوانین حادی کل ہیں۔ لیکن تیری ذات برہم کے آگے جرد ضعیف ہیں تو کسی بیرونی قانون کا غلام نہیں۔ قدرت غیر محدود و نظر آتی ہوئی بھی تجھ ذات آتما کے سامنے محدود ہی ہے۔ تو مانند ایک بحر میکران ہے اور قدرت اس بحر کا ایک قطرہ ہے۔ چاند سورج وغیرہ تجھ غیر محدود ذات کے مقابلے میں جناب محض ہیں۔ تو کسی کی مت پر راہ کہ چھوٹے چھوٹے دیوی دیوتاؤں سے کیا مرادیں مانگتا ہے۔ جبکہ ساری پر کرتی تجھ سے ہی پرکاش متعارف ہے کہ تجھ شہتہ دعا عالم کو خوش کرنے کے لئے بجا کر رہی ہے۔ تجھے کسی رسوم کے ادا کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ تجھے کسی طریقے کی پیروی کرنے کی ضرورت نہیں۔ تو نے حقیقت میں کچھ کھو یا ہی نہیں۔ جو چیز گم ہی نہیں ہوئی۔ اُس کی تلاش میں کیوں پریشان اٹھاتا ہے۔ تیرا آتما جملہ روشنیوں کی روشنی ہے اور قدرت کی حیرت انگیز طاقتوں کا بھنڈا رہا ہے۔ تیرا آتما ہی گزشتہ موجودہ اور آئندہ ظہورات کا سرچشمہ ہے۔ تو فاعلیت سے بالکل







# بقیہ دوام

از۔ شہری نوبت رائے شوخ

جس کی یہ جلوہ گری سب عالم امکاں میں ہے، اُس کی ذات پاک پوشیدہ دلِ انساں میں ہے  
 دیکھتے ہیں چشمِ باطن سے اُسے اہل نظر۔ اور اُسی میں محو ہو جاتے ہیں اُسکو کچھ کر  
 ہر باں ہوتی ہے جس پر آپ ذاتِ بے نیاز۔ اُس کو کرتی ہے عطا ایسی نگاہ پاک باز  
 اپنے دل ہی میں اُسے پا کر وہ پاتا ہے قرار۔ پھر کبھی اُس سے جدا ہوتا نہیں ہے زینہار  
 یوں اُسے جب اُس کی رحمت ہی پالیتا ہے وہ ہستی مہیوم کو اپنی مٹا دیتا ہے وہ  
 کرنی بھرنی سے نکل کر اور بچ کر عدل سے وہ اُسی سے ایک ہو جاتا ہے اُسکے فضل سے  
 خود اُسی کا روپ ہو جاتی ہے ساری کائنات اپنا جلوہ ہی نظر آتی ہے ساری کائنات  
 اس تنِ خالی سے کچھ وابستگی رکھتا نہیں لاش کی صورت لئے پھرتا ہے اس کو ہر کہیں  
 جسمِ موجودہ کے جبا اعمال ہوتے ہیں تمام اُس غریقِ رحمتِ بزرگاں کو ملتا ہے دوام  
 یوں تناسخ سے رہا ہوتا ہے مسرور وصال دور ہو جاتا ہے اُس سے جینے مرنے کا وبال

لوتے جس سے نہیں پاتا ہے وہ ایسا مقام  
 جہتیں اے شوخ ہوتی ہیں جہاں ساری تمام



# ہماتما گاندھی کے زیر خیالات

## ایشور

ایشور ایک ہے۔ وہ ہر جگہ حاضر اور ناظر ہے۔ وہ بغیر آنکھوں کے دیکھتا ہے۔ بغیر کانوں کے سنتا ہے۔ وہ نرا کار اور لامحدود ہے۔ وہ پیدا نہیں ہوتا۔ اس کا نہ باپ ہے اور نہ ماں۔ نہ اولاد۔ پھر بھی وہ ان ناموں سے پکارا جاتا ہے۔ اور لوگ ان خشکوں میں اس کی پوجا کیا کرتے ہیں۔ جسے وہ منظور کر لیتا ہے۔ یہاں تک کہ مورتی پوجا کے روپ میں بھی وہ پوجا کو منظور کرتا ہے۔ حالانکہ اس کی کوئی مورتی نہیں ہو سکتی۔ وہ ہاتھ نہیں آتا۔ چمکے دے کر نکل جاتا ہے اگر ہم اُسے پہچان لیں تو وہ ہمارے بالکل نزدیک ہے۔ اور اگر ہم اس کے حاضر و ناظر ہونے کو نہ مانیں تو وہ ہم سے بہت دور ہے۔

ایشور پر ہے۔ پر ہی ایشور ہے۔ الفت اور محبت ایشور ہے۔ نیک اصول اور اخلاق حسنہ ایشور ہے۔ ایشور زندگی اور روشنی کی بنیاد ہے اور پھر بھی وہ ان سے پر ہے۔ ایشور ہمارے دلوں کی گہرائیوں میں چھپا ہوا ہے۔ وہ ناشکوں کا ناشک بنے۔ کیونکہ وہ اپنی لائانی نجات سے انہیں بھی زندہ رہنے دیتا ہے۔ وہ دل کی گہرائیوں کو ٹٹولنے والا ہے۔ عقل اس کا بیان نہیں کر سکتی۔ زبان اس کی تعریف نہیں کر سکتی۔

ایشور ان لوگوں کے لئے ایک فرد واحد ہے جو اُسے اُس شکل میں حاضر دیکھنا چاہتے ہیں۔ جو اُسے چھونا چاہتے ہیں۔ ان کے لئے وہ جسمانی شکل اختیار کرتا ہے۔ وہ ایک مقدس سے مقدس چیز ہے۔ جو اُس کی ہستی میں یقین رکھتے ہیں۔ ان ہی کے لئے اس کا وجود ہے۔ وہ ہم میں موجود ہے اور پھر بھی ہم سے پر ہے۔ اس کی توت برداشت بہت زیادہ ہے وہ بڑا مہار ہے۔ لیکن وہ بڑا بھیانک بھی ہے۔ وہ اس دنیا میں اور اُنے والی دنیا میں بھی سب سے زیادہ کام کرنے والی طاقت ہے۔ جیسا ہم اپنے پڑوسی انسان اور حیوان دونوں کے ساتھ برتاؤ کرتے ہیں۔ اُسی طرح کا برتاؤ وہ ہمارے ساتھ کرتا ہے۔ اس کے سامنے لائانی کی دیسل نہیں چل سکتی۔ لیکن اس کے باوجود وہ بہت بڑا رحم دل ہے۔ کیونکہ وہ ہمیں عبرت حاصل کرنے کے لئے موقع دیتا ہے۔ وہ سب سے بڑا جہوریت پسند ہے کیونکہ وہ بُرے بھلے کو پسند کرنے کے لئے ہمیں کھلا چھوڑ دیتا ہے۔ وہ سب سے بڑا ظالم ہے۔ کیونکہ وہ اکثر ہمارے منہ تک آئے ہوئے لقمہ کو چھین لیتا ہے۔ اور وہ اپنی مرضی کی آٹیں ہمیں اتنی کم چھوڑ دیتا ہے۔ کہ ہماری مجبوری کے سبب اُس سے صرف اُسی کو مزہ آتا ہے۔

ہندو دھرم کے مطابق یہ سب اس کی لیسے۔ اس کی مایہ ہے۔ ہم کچھ نہیں ہیں۔ صرف مٹی ہی ہے۔

## پر ماتما کی خدمت !

سوال :- جب ہم پر ماتما کو نہیں جان سکتے ہم اُس کی خدمت کیونکر کر سکتے ہیں ؟

جواب :- ہم پر ماتما کو نہ جانتے ہوں۔ مگر ہم اس کی مخلوق کو جانتے ہیں۔ اُس کی مخلوق کی خدمت ہی اس کی خدمت ہے۔

سوال :- لیکن ہم پر ماتما کی ساری مخلوق کی خدمت کیونکر کر سکتے ہیں ؟



جواب :- خدا کی مخلوق کا وہ حقد جو ہمارے نزدیک ہے اور جسے ہم جانتے ہیں۔ اس کی خدمت کر سکتے ہیں۔ ہم یہ کام اپنے پڑوسی کی خدمت سے شروع کر سکتے ہیں۔ ہم اپنے کئے کی خدمت کریں۔ لیکن کئے کی خاطر گاؤں کو قربان نہ کریں۔ گاؤں کی عزت ہماری عزت ہے۔ لیکن ہم میں سے ہر ایک کو اپنی طاقت کا جائزہ لے لینا چاہیے۔ ہم جس دنیا میں رہتے ہیں۔ اس کے متعلق جتنا ہم جانتے ہیں، بس اتنی ہی ہمارے کام کرنے کی طاقت ہے۔ اگر آپ اسے نہ سمجھ سکے ہوں تو آئیے میں آپ کو اس طریقے سے سمجھاؤں۔ جتنا ہم اپنے پڑوسی کے متعلق سوچیں۔ اس سے کم اپنے متعلق سوچیں۔ اگر ہم اپنے صحن کا کوڑا پڑوسی کے صحن میں پھینک دیتے ہیں۔ تو یہ بنی نوع انسان کی خدمت نہیں۔ بلکہ اس کو نقصان پہنچاتا ہے۔ ہمیں یہ خدمت کا کام اپنے پڑوسیوں کی خدمت سے ہی شروع کرنا چاہیے۔

پر ماتما کو اپنی خدمت کرانے کی ضرورت نہیں۔ وہ اپنی مخلوق کی خدمت کر لے۔ مگر اس کے بدلے میں کوئی خدمت نہیں چاہتا۔ ایسی اور دوسری باتوں میں اس کا کوئی ثمنی نہیں۔ اس لئے پر ماتما کا خادم وہی کہلا سکتا ہے۔ جو اس کی مخلوق کا خادم ہے۔

## ایشور زندگی ہے

میں یہ محسوس کرتا ہوں کہ میرے چاروں طرف سب کچھ بدل رہا ہے۔ مر رہا ہے۔ تب بھی ان سب تبدیلیوں کی تہ میں ایک زندگی طاقت ہے۔ جو کبھی نہیں بدلتی۔ جو سب کو ایک سے ملا رکھتی ہے۔ جو نئی دنیا پیدا کرتی ہے۔ اس کو ختم کرتی ہے۔ اور پھر نئے سرے سے پیدا کرتی ہے۔ یہ طاقت ایشور ہے۔ خدا ہے۔ میں دیکھتا ہوں کہ موت ہو جانے پر بھی زندگی قائم رہتی ہے۔ جھوٹ کے ہوتے ہوئے بھی سچ کی جے ہوتی ہے۔ اندھیرے میں اجالا رہتا ہے۔ اس لئے میں تسلیم کرتا ہوں۔ کہ ایشور زندگی ہے۔ سچ ہے۔ اجالا ہے۔ وہ محبت کا اٹھائے ہیں۔ مارتا ہوا سمندر ہے۔

آج کل تو یہ ایک فیشن سا بن گیا ہے۔ کہ زندگی میں ایشور کی کوئی جگہ نہیں سمجھی جاتی۔ اور سچے ایشور میں کامل یقین رکھے بغیر ہی اپنے کئے کی زندگی تک پہنچنے کی کوشش پر زور دیا جاتا ہے۔ لیکن میرا اپنا تجربہ تو مجھے اس علم کی طرف لے جاتا ہے۔ کہ جس کے قاعدے کے مطابق ساری دنیا کا انتظام ہوتا ہے۔ اس دایمی اصول پر سچے یقین رکھے بغیر مکمل زندگی ممکن نہیں ہے۔ اس یقین سے خالی انسان کی حالت تو سمندر کی اس بوند کی طرح ہے۔ جو سمندر سے الگ ہو گئی ہے۔ اور جس کی بربادی یقینی ہے۔

جو لوگ ایشور کی ہستی کے قابل نہیں۔ وہ اپنے جسم کے سوائے اور کسی چیز کی ہستی کے قابل نہیں۔ انسانیت کی ترقی کے لئے اس یقین کی ضرورت کو تسلیم نہیں کرتے۔ مارتا اور پر ماتما کے ایک ہونے کا خواہ کتنا ہی اچھا ثبوت آپ ان کے سامنے پیش کریں۔ وہ ان کی نظر میں فضول ہے۔ جس انسان نے اپنے کانوں کو بند کر رکھا ہو۔ اسے آپ کتنا ہی اچھا گانا کیوں نہ سنائیں وہ اس کی تعریف تو کیا کرے گا۔ اسے سن بھی نہیں سکیگا۔ اسی طرح جو لوگ یقین ہی نہیں لانا چاہتے۔ انہیں آپ ہر جگہ حاضر اور ناظر ایشور کی ہستی کا یقین کر اسی نہیں سکتے۔

میں پر ماتما کو حاضر ناظر دیکھنا چاہتا ہوں۔ میں جس پر ماتما کو جانتا ہوں۔ وہ سچ ہے۔ میرے سامنے پر ماتما تک پہنچنے کا ذریعہ اپنا۔ عدم تشدد اور محبت ہے۔ میں ہندوستان کی آزادی کے لئے جیتا ہوں اور اسی کے لئے مردوں گا۔ کیونکہ میری نظریں یہ بھی سچ کا ایک حقد ہے۔ صرف آزاد ہندوستان ہی سچے پر ماتما کی پوجا کر سکتا ہے۔

## انسان کا آخری مدعا

ایک دوست نے گاندھی جی سے دریافت کیا کہ کیا گاؤں میں میٹھ کر گاؤں والوں کی مقدور بھر خدمت کرنے سے آپ کا مدعا



پر تمام کی خدمت کرنا ہے ؟

گاندھی جی نے کہا ————— میں یہاں اپنی خدمت کے علاوہ اور کسی کی خدمت نہیں کر رہا ہوں۔ گاؤں والوں کی خدمت کے ذریعہ میں اپنے آپ کو پہچان رہا ہوں۔ انسان کا آخری مدعا پر ماتا کو جانتا ہے۔ اور اس کی تمام سرگرمیاں خواہ وہ مجلسی، سیاسی یا مذہبی ہوں۔ صرف اسی ایک مقصد کے لئے ہونی چاہئیں بنی نوع انسان کی خدمت اس کو شش کا ایک فرد ہی حصہ ہے کیونکہ پر ماتا کو تلاش کرنے کا ایک واحد ذریعہ یہ ہے۔ کہ اسے اس کی پیدا کردہ مخلوق میں دیکھا جائے۔ اور اس سے ایک ہو جائے۔ میں کل کا ایک حصہ ہوں اور میں اسے اس کی مخلوق سے الگ نہیں دیکھ سکتا۔ میرے اہل وطن میرے نزدیک ہی پڑوسی ہیں۔ وہ اس قدر بے کس اور بے حس ہو چکے ہیں کہ مجھے اپنی تمام تر توجہ ان کی خدمت پر ہی مرکوز کرنی چاہیے۔ اگر مجھے اس اثر کا اطمینان ہو سکتا ہے کہ ہمالیہ کی غاروں میں پر ماتا مل سکتا ہے۔ تو میں وہاں فوراً چلا جاتا۔ لیکن میں جانتا ہوں کہ میں اُسے اس کی مخلوق کے سوا کچھ نہیں تلاش کر سکتا۔

لیکن انسان اپنی روحانی ترقی کے لئے کچھ نہ کچھ آسائش ضرور چاہتا ہے۔ دیہات کے رہنے والوں کی مصیبت اور چیخ و پکار کے درمیان رہ کر یہ ترقی ناممکن ہے۔ اس مطلب کے لئے ایک خاص حد تک جسمانی آسودگی اور آسائش کی ضرورت رہتی ہے۔ لیکن جب یہ آسودگی اس حد سے تجاوز کر جاتی ہے۔ تو یہ روحانی ترقی کو آگے لے جانے کی بجائے الٹا روکا روٹ ڈالتی ہے۔ اس لئے ضروریات کو ضرب دے کر پیدا کرنا اور ان کو پورا کرنا محض دھوکا اور فریب نظر آتا ہے۔ جسمانی اور دماغی ضروریات کو ایک خاص حد سے آگے نہیں لے جانا چاہیے۔ انسان کو لازم ہے کہ وہ ان ضروریات کو ایسے ڈھنگ سے پورا کرے کہ وہ بنی نوع انسان کی خدمت کا کام اچھی طرح کر سکے۔ اور اس کی جملہ سرگرمیاں اسی ایک مرکز یعنی خدمت پر مرکوز نہ ہونی چاہئیں۔

جن لوگوں کا ایشور پر سچا اعتقاد ہے۔ اور جو مذہب کی اصلیت کو جانتے ہیں۔ وہ ایک دوسرے سے بھرپور نہیں کرتے۔ اور اگر کوئی ایسا موقع آئے تو ایسے لوگ اپنی نرمی اور میٹھی زبان سے اپنے مخالفوں کے غصہ کو دور کر دیتے ہیں۔ مذہب کا صرف یہ معنا نہیں کہ انسان نسا زاد کرے یا مندر میں جائے۔ اس کا اصل مطلب

# قطعا

لذہ

پر دھیر

بخشی ہمت

آفتاب

اس کا جو کہ ہمیں نہیں ملتا ہے

دست دھو کر اس دھونڈنے والے  
منہ کے مندر میں ہے ترابعد

دردہ میں ہے چپکسی  
قطرہ قطرہ میں ہے جبکسی  
وہ تو ہے خار خار میں موبد  
پانی پانی میں ہے جبکسی



# گاندھی

از: جناب جگن ناتھ آزاد

آیا وہ خوابِ مست غلاموں کے دلیں میں  
ہاتھوں میں لے کے پرچمِ آزادِ بھئی بشر  
دنیا نے قید و بند کا رتبہ بڑھا گیا  
ہر گوشِ محیات کو پُر زور کر گیا  
گرم ستیزِ سطوتِ افرنک سے ہوا  
شکر کے سامراج کے سنگین دور سے  
اس نے ظلم توڑ دیا سامراج کا  
وہ پیکرِ خیف وہ اک اتواں سا جسم  
ہندوستان کی خشک زمینوں پہ پھر گیا  
پہنچا وطن جو منہ زل مقصود کے قریب  
پیکرِ خیف گرا کارزار میں  
بیدار بھئی حیات کی دنیا لئے ہوئے  
پھرتا رہا خلوص کا جذبہ لئے ہوئے  
ہاتھوں میں حریت کا پھر برا لئے ہوئے  
حسنِ عمل کا جلوہ زیبا لئے ہوئے  
آزاد بھئی وطن کی تمنا لئے ہوئے  
اہلِ وطن کے عشق کا سودا لئے ہوئے  
اک عظمتِ بشر کا سہارا لئے ہوئے  
آدم کی قوتوں کا خزانہ لئے ہوئے  
سینے میں اپنے عزم کے دیا لئے ہوئے  
آزاد زندگی کی تمنا لئے ہوئے  
سینے پہ جسمِ دردِ وطن کا لئے ہوئے

اور زندگی کے درد کا پالا ہوا بشر

نخصت ہوا شہید کا رتبہ لئے ہوئے

(زیستِ اہلِ انڈیا ریلو)



# بس میں ہوتے آتے بھگوان بھگت کے

از: شہری ہری چند خوشنیل بی اے بی ٹی

آج سے بارہ برس پہلے کی بات ہے۔ لیکن ایسا معلوم ہوتا ہے کہ گویا ابھی یہ کل کا واقعہ ہے سنتوں، سلوہوؤں، جہانماؤں کی کرامات کے کارنامے سن کر ان کی صداقت پر یقین ہی نہیں آتا تھا۔ سن رکھا تھا۔ سنت کی ہما دید نہ جانے۔ بھگت کے بس میں ہوتے آئے ہیں بھگوان۔ مگر آنکھوں دیکھی بات..... بالکل سچا واقعہ..... آج بارہ برس کے بعد بھی مجھے اس امر کے مننے پر مجبور کر رہا ہے کہ بھگوان جب دیال ہوتے ہیں تو ناممکن کو ممکن بنا دیتے ہیں۔ اور وہ جو کہتے ہیں کہ ہوگا دیال تو ڈسے گا بلا کے، سو فیصدی سچ ہے اور جو لوگ بھگوان میں آگادھ شردھارکھ کر اُسی کے بھروسہ پر رہ کر رہ سکتے ہیں کہ ۴

”گر مرد ہے تو دانا بوڑھی نہ رکھ کفن کو“

وہ کبھی کبھی بالوس نہیں ہوتے۔  
 لیہ ضلیہ مظفر گڑھ (پاکستان) سے ایک سپیشل گاڑی میں ہم لوگ جالندھر میں پہنچے۔ کچھ دن آریہ سماج مندر اڑہ ہوشیار پور جالندھر کے برآمدہ میں پڑے رہے ہمارا دہاں دہاں گئے ادھیکاریوں کو جب اچھا نہ لگا تو ہم دہاں سے برہمچاری آشرم جالندھر کے سرکاری کیمپ میں آگئے۔ وہیں راولپنڈی کے علاقہ کی ایک دیہوی پہلے سے اپنی بیوی تھی۔ ساٹھ ستر سال کی بوڑھی دیہوی جب پتر پتر کہہ کر جچے بُلانی۔ اور میرے لڑکے چند رہبر کاش سے پیار بھری باتیں کرتی تو من کا کنول کھل اٹھا اور مجھے یکا یک اپنی نیک طینت نانی کی یاد آجاتی۔ جس کے چرواں میں بیٹھ کر میں نے بہت کچھ سیکھا۔

برہمچاری آشرم میں بھی بہت دیر رہنا مقصود نہ ہوا۔ دہاں سے ہماری سرکار نے ہمیں بھارگو کیمپ جالندھر میں بھیج دیا اور ہماری خوش قسمتی سے وہ بوڑھی دیہوی بھی ہمارے ساتھ کے تینوں میں آکر ٹھہرنے لگی۔

اس بوڑھی دیہوی نے کبھی بہت اچھے دن دیکھے تھے۔ لیکن اب اس کے پاس نقدی نہیں تھی۔ اس کا بیٹا پاکستان بننے سے پہلے ہی راہی ملک عدم ہو چکا تھا۔ اب اس کے پاس اس کی ایک پوتی اور ایک پوتارہ ہے تھے۔ وہ پوتی کا بیاہ کسی ایسے گھر میں کرنا چاہتی تھی۔ کہ جو جیمز کا طلبہ گار نہ ہو۔ کیونکہ وہ جیمز تو کیا بیاہ کا خراج بھی نہ دے سکتی تھی۔ وہ محض پانی بلا کے ہی اپنی پوتی کی دُلی دے سکتی تھی۔ گیتا کا پاٹھ وہ صبح شام کیا کرتی تھی۔ اور بھگوان کرشن کی نیا میں اُسے پکا دشواس تھا وہ کہا کرتی تھی کہ جب وہ آنکھوں کا ناتھ کہلاتا ہے تو کیا میری نہیں سنے گا ۹۔

سچ کہا ہے ”بفضل الہی شہنا امید  
 کہ ابرسیاہ باید باران سفید  
 ہوتا ہے فضل جب بھی رب کریم کا  
 بارِ سموم بنتی ہے جھونکا نسیم کا“

اور انگریزی میں ٹیکسٹر نے کہا ہے  
 MORE THINGS ARE WROUGHT BY  
 PRA YER THAN THE WORLD CAN DREAM OF  
 نہ ہوا اس سے ایوس امیدوار  
 اسے فضل کرتے نہیں لگتی بار



ہانے بوڑھی کی فریاد، ایک دن سُن لی۔ اُسی کے اپنے شہر کے ایک رئیس نے تبنوں میں آکر اپنے بیٹے کے لئے اُس کی پوتی کا ہاتھ چھو لی پھیل کر مانگ لیا۔ یہ جانتے ہوئے بھی کہ جہیز میں پھرنی ٹوکڑی تک نہ ملے گی۔ اور نہ ہی برات کو چائے پانی کی کوئی اُمید رکھنی چاہیے۔ اگلے ایت وار کو شادی طے پائی۔ یا سچ بجے برات کیمپ میں پہنچے گی۔

بوڑھی دیوی کے سامنے دال تبنو کسی اتفاق سے خالی ہو گیا۔ بوڑھی خوش تھی کہ برات سامنے کے تبنوں میں ٹھہرے گی۔ تبنو تین چار دن خالی رہا۔ اور اسی دوران میں چھوٹے چھوٹے بچوں کے گارن وہاں گندگی کے ڈھیر لگ گئے تھے۔ غیر چار یہ تھا کہ سینڈا کو عین موقع پر اس کی صفائی کرادی جاوے گی مگر ع

”من در چہ خیالِ چہ ناک در چہ خیال“

کے مصداق ابھی قادر مطلق نے ایک اور امتحان لینا تھا۔

نہرا لاکھ کیمپ کسی وجہ سے توڑ دیا گیا۔ وہاں سے رفیوجی بھاگ کے بھادگو کیمپ میں آئے اُن کے رہنے کا انتظام اس جگہ ہوا تھا۔ ایک ایڈوکیٹ بالو آیا، اس نے بوڑھی کے سامنے دالے تبنو کی صفائی کرائی، نئے پرے لگوائے، یا سچ سات روپے گرہ سے خرچ کر کے تبنو کی نشان دو بالا کر دی۔ بوڑھی دیوی دکھی ہوئی، وہ اسی تبنو میں پوتی کا بیاہ کرنا چاہتی تھی۔ مگر یہ تبنو اب دوسروں کی ملکیت بن چکا تھا۔ لیکن اس نے ہمت نہ ہاری۔ بالو کے پاس گئی، اور بولی، ”میرا ایت وار تک تبنو میرے پاس رہنے لے۔ میری پوتی کی شادی ہے، سو موار سے تمہارا ہے ہی“ بالو نے جو جواب دیا وہ یہاں لکھنے کے لائق نہیں ہے۔ بوڑھی بالو سے ہوئی، روتی ہوئی میرے پاس آئی، میں ساتھ گیا، بالو ماننے والا نہیں تھا، وہ بولی، اب کیا ہو گا؟ میں نے کہا، کرشن کو یاد کر دو۔ وہی بگڑی سنوار سے گا، ”اُسے حوصلہ ہوا۔ اب اس کی زبان پر کرشن کرشن تھا اور دل میں پوتی کی شادی کا خیال۔

بوڑھی دیوی کے پاس دل تھا۔ پسینہ تھا، ہم اس کی طرف سے کیمپ کا ٹنڈل کے پاس امداد کے لئے گئے۔ انہوں نے کہا، ”سہرا کی طرف سے بیاہ شادیوں پر امداد کا کوئی پروگرام نہیں ہے، بالو ہو کر لوٹ آئے۔ ہمارے ہلاک میں رہنے والوں کی میٹنگ ہوئی، فیصلہ ہوا کہ ایک رفیوجی اپنے راشن سے شہر کا اوسار بوڑھی کے برتنوں میں کچھ نہ کچھ ڈالتا جائے، راشن ختم ہونے سے پہلے بوڑھی کے پاس کافی سامان اکٹھا ہو گیا تھا۔

مالک کی قدرت۔۔۔۔۔ اس تبنو میں جس کی صفائی کچھ روز پہلے ایک بالو صاحب کر گئے تھے۔۔۔۔۔ کوئی نہ آیا، تبنو خالی رہا۔ برات آئی، ہلاک والے اپنی دریاں لے آئے۔ کام کرنے والوں نے دان بھی دیا، کام بھی کیا۔ پندرہ آدمیوں کی برات کا شاندار سواگت ہوا، انہیں پر تکلف دعوت دی گئی، وہ خوش خوش گئے۔ انہیں اتنی خاطر مدارت کی توقع نہ تھی۔

جو نہی ڈولی گئی۔ ہلاک والوں نے ایسا اپنا سامان لے لیا۔ تبنو کے آس پاس صفائی کر دی، گویا کچھ ہوا ہی نہیں۔ اور بوڑھی دیوی ہر ایک تبنو میں جا کر سب کو دھنیا دے رہی تھی، میرے پاس بھی آئی، بولی، ”میرا تم ٹھیک کہتے تھے، نہریل کے پران آدھا رہا، ستن کے کارزج وہ آپ سنوارے“ میں نے کہا ”تمہارے تبنو میں اس کلیک میں بھی سری کرشن سوئم تمہارے کیمپ میں آئے، انہوں نے سیدو بھی کی، سامان بھی گھر سے لائے اور خرچ بھی اپنی جیب سے کیا اور وہ کیا کرتے؟“

بوڑھی نے یہ سنا اور بھولے پن سے بولی، ”آج میں نے شری کرشن کے ساکھشات درشن پائے“ میں نے کہا: بھگوان بھگت کے پس میں ہوتے آئے سدا سے۔ بوڑھی شری کرشن بھگوان کی ہے۔“



# مُساَفر

(از: شیری ملک راج جی آنند)

آنکھ کھول کر دیکھ مُساَفر  
ساتھ تیرے کوئی اور بھی ہے  
جیون پتھر پر جانے والے      سکھ کی آس میں گانے والے  
تیرے سکھ کا رونا سن کر      پگلے یہ سنسار دکھی ہے  
آنکھ کھول کر دیکھ مُساَفر  
ساتھ تیرے کوئی اور بھی ہے  
اوروں کا کچھ خیال نہ کرنا      پھولوں پر ہے پاؤں دھرنے  
مسئل نہ تو جذبات کسی کے      اپنے جیسا سب کا جی ہے  
آنکھ کھول کر دیکھ مُساَفر  
ساتھ تیرے کوئی اور بھی ہے  
اپنے جیسے سب کے من میں      آتش آباد وطن ہے  
تو مجھی جی اجینے سب کو      جینے کی یہ راہ بھلی ہے  
آنکھ کھول کر دیکھ مُساَفر  
ساتھ تیرے کوئی اور بھی ہے



# ایک مہانتا کا پر ساد

## پرشن اتر

(لالہ جگن ناتھ جی کھنہ جی، اے جی ٹی)

جگیا سور:- اس میں کیا سندھید ہے، بھگون، آپ نے مجھ پر بڑی کرپا کی جو مالو جیون کے کشیہ اور اڈیش کا پر ساد یہ بتایا۔ اب میری پرارتھنا یہ ہے کہ کرپا بھگوت بھجن پوجا اور اپاسنا کی دھمی پر پرکاش ڈالیں تاکہ میرے جیسا موڑھ بکھری پرانی بھی آپ کے امولید چاروں سے لایہ اٹھاسکے۔

مہانتا:- تمہارے اس پرسن سے مجھے بہت پرستار ہوئی ہے اور میں تمہا شکستہ اس کا اتر دینے کا پر ساد کر دیں گا۔ بھگوت بھجن سے مراد ہے اس سادھن کی جو اشور پر اپتی کے دھیمہ کو سنگھ رکھ کر پرانی عمل میں لانا ہے اور اس میں جٹ جاتا ہے۔ اس کے اتی برکت اسے جیون میں کوئی دستو بھی اپنی طرف آکر شست نہیں کر سکتی، وہ دن رات اسی دھن میں رہتا ہے اٹھتے بیٹھتے چلتے پھرتے، کھاتے پیتے، وہ اس آدرش کو نہیں بھولتا۔ اپنی تمام اندریاں اور من اسی میں تلین کر دیتا ہے۔ اور اس طرح سے وہ بھجن روپ ہو جاتا ہے۔ کئی خاص ستھان پر آدھ گھنٹہ بیٹھ کر مالا پھرنا ہی بھجن نہیں ہے۔ تم گنگا ٹ پڑ بیٹھ کر بھجن کر رہے ہو اور پاس ہی ایک کٹیا میں آگ لگ جاتی ہے یا کوئی بچہ ندی میں گر جاتا ہے اور تم اپنے ستھان پر بیٹھے رہتے ہو۔ اور نہ ہی آگ بجھانے کا تین کرتے ہو اور نہ ہی بچے ندی سے نکلنے کی کوشش کرتے ہو۔ اس خیال سے کہ میرا جپ ابھی پورا نہیں ہوا۔ اس کو بھجن نہیں کہا جاسکتا۔ یہ سر اسر نہ دیتا ہے اور پاپ ہے اور درمبھ ہے۔ پوجا کے لئے بھگون سوینگ کہتے ہیں۔

پترنگ پشینگ، پھلنگ توینگ یوے بھکتیہ پر بھکتی

تدہرم بھکتی آپ ہر تمش نامی پریت تمہ

۹  
۲۴

میرے پوجنے میں یہ سنگتا بھی ہے کہ پتر پشپ پھل جل اتیادی جو کوئی بھکت میرے لئے پریم سے ارپن کرتا ہے۔ اس شدھ بدھی لشکام پریمی بھکت کا پریم پور دک ارپن کیا ہو اور پتر پشپ آدک میں سگن روپ سے پرگٹ ہو کر پرستی سہیت کھاتا ہوں پوجا چاہے کتنی دھمی سے کی جائے اگر وہ پریم سے شنیہ ہے تو وہ کیول دکھادہ ماتر ہے، اگر پریم سہیت ایک پھول بھی بھگون کے ارپن کیا جادے۔ تو وہ برتن ہو جاتے ہیں۔ اس سے شدھ ہوا کہ داستوں بھگون کو بس میں کرنے کا ایک ماتر دھن پریم بچے۔ اسی سے بھگون کو خرید جاسکتا ہے۔ انتہا نہیں، اگر ہر دے میں پریم ہلور سے لے رہا ہو۔ تو خرید لے کوئی کرشن کو، ایک تلسی کی پتی سے، خرید لے رام کو گنگا جل کے ایک چھینٹے سے! اکل برہما نہا ایک بھگون کرشن کو پریم دھارا تم اس طرح قابو کر سکتے ہو جس طرح چمک پتھر لوہے کو یکٹ لیتا ہے یا وہ اپنے آپ ہی قابو آ جاتے ہیں، لیکن کھینٹے میں پریم پاش میں۔ بغیر پریم کے ان کو اپنے بس میں کرنے کا اور کوئی سادھن نہیں۔ ایسا پریم جس میں سر و سو ان کے ہی ارپن کر دیا جادے۔ کوئی دستو، یا بھاد، یا بچانہ رہ جائے۔ اسی واسطے تو انہوں نے ارجن کو صاف لفظوں میں کہہ



دیا۔ کہ سو دھرم پتری تیج، ماینگ شرم دُرج، ارتھات سب دھرموں کو چھوڑ کر میری مشن میں آ۔ اور ساتھ ہی اس کو یہ آئنا سن بھی دے دیا۔ کہ اہنگ تو اسرو پاپھیو موکثیشی، ماشیو، ارتھات میں تجھے تمام پاپوں سے چھڑا دوں گا، سوزج مت کہ اس سے بڑھ کر وہ اور کیا کہے کیا منیشہ کے درجہ گاہ نہیں ہیں کہ وہ ادھر ادھر بھگتا رہے۔ اور ان کے اس دشواری دلانے پر بھی ٹھیک مارگ پر نہ چلے۔

جگیا سو:۔ ہمارا ج، یہ بات تو میری سمجھ میں آگئی۔ لیکن میں ایک اور سننے میں بڑا گیا ہوں، کہ ایسے بھگت کے لئے اور کوئی کرم نہ تھا، ہون، دان، تیرتھ یا ترا، دلش سیوا اور جی کرنا اور شیک ہوتا ہے یا نہیں۔  
ہم اتنا:۔ یہی اتنی بات سن کر بھی تمہاری بدھی سنشیا تک پہنچی ہے تو تمہاری سمجھ میں کچھ بھی نہیں آیا۔ اور یہ بات حیت زار تھک رہی۔ اچھا اب پھر سو۔ شری بھگوان کے کتھن اوسار جب کوئی بھگت انینہ بھاوے ان کی مشن میں آجائے ہے تو اپنی کلیا مار تھو اور کوئی کام اس کے کرنے کی گویہ نہیں رہتا۔ کیونکہ اس صورت میں بھگوان ہی اسے پراپت ہو جاتے ہیں۔ تو اور کیا باقی رہا۔ یہی وہ اپنا کتھ سمجھ کر اس قسم کے خاص تر دکت کرموں میں پروردت ہوتا بھی ہو تو بھی اس کے لئے بھگوان یہ آگیا دیتے ہیں۔  
بنت کر دشی بدش ناسی، تیج جھوشی دداسی بیت

بنت تپسی کو متیتنت کر دتسو بدرنیم،  
ارتھات:۔ تو جو کچھ کرم کرتا ہے جو کچھ کھاتا ہے جو کچھ ہون کرتا ہے جو کچھ دان دیتا ہے جو کچھ سو دھرم ورجن پت کرتا ہے وہ سب میرے ارپن کر۔ ایسا کرنے سے وہ بھگوان کو ہی پراپت ہوتا ہے۔ داستان میں ہی لشکام کرم یوگ ہے۔ گیت بھگوانی کے اوسار ہی کرم یوگ ہے۔ اور انہی کو ہی یوگ کہا گیا ہے اور ایسا کرم کرنے والے کو ہی یوگی سمجھا گیا ہے۔ یوگ کرم سو کو شلم اس جزائی سے کرم کرنے کو ہی یوگ کہا گیا ہے جس میں پھل کی اکانتا ہی نہ ہو۔ کیوں کر تو یہ سمجھ کر ہی کرم کیا جائے۔  
جگیا سو: ہمارا ج کر تو یہ ادھر ہم میں بھی کوئی انتر ہے یا یہ ایک ہی دستور ہے کچھ اسپر ادشیر پرکاش ڈالیں۔

ہم اتنا:۔ کسی دشیش پرستھ میں جیسا قدرتنا یا کرم کرنا کسی دیکھتی کے لئے اس کے درن آئرم کے اوسار اچت ہو، وہی اس کا کر تو یہ ہے۔ اور وہی دھرم ہے۔ دہرم وہ ہے جس کو دھارن کیا جائے۔ اسی کو انگریزی میں ڈیوٹی کا نام دیا گیا ہے۔ یاد رہے کہ اکثر ہم یہ سمجھتے ہیں کہ ہمارا کر تو یہ یا دہرم کیا ہے غلطی کھا جاتے ہیں۔ اگر ایسی بات نہ ہوتی تو فوری بھگوان ارجن کو سنکھد رکھ کر گیت کا پدیش ہی کیوں کرتے۔ ارجن میدان جنگ میں جا کر جہاں وہ ہر سچا لڑنے کے لئے گیا تھا۔ گھبرا جاتا ہے۔ اور لڑنے سے ہاتھ اٹھا لیتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں وہ اپنے فرض کی ادائیگی ہی کرنا بھول گیا۔ اس موقع پر شری بھگوان نے اسے سمجھایا۔ کہ تم جس ارادے یا دلش سے یہاں آئے ہو وہ پورا کرو۔ اس وقت اپنے سگے سمندھیوں کے لئے موہوش ہو کر ہتھیا چھوڑ دینا، تمہارے دہرم کے وردھ ہے۔ یہ بات اچھی طرح سے ذہن نشین کر لو۔ کہ جس سے دلش کی سبھیا اور سنگرتی کی ہتیا ہو رہی ہو۔ غنڈوں کے حملوں سے ماتیں، بنیں کھی ہو رہی ہوں۔ اس وقت ایکانت ستمان میں بیٹھ کر تمہارے لئے مالا پیرا دہرم نہیں رہ جاتا۔ اور شانتی شانتی۔ کا پاٹھ بے معنی ہو جاتا ہے۔ اس وقت بھگوان تلشی کی پتی یا پھول ارپن کئے جانے سے پرسن نہیں ہوتے۔ اور سننے۔ ایک استری سادھوی ہے۔ بھجن کرتی ہے لیکن گھر میں سانس بیمار پڑی ہے۔ اُسے پانی کون دے، اس وقت اس کا بھجن سانس کی سیوا ہی ہو جاتا ہے۔ اس کو ساکشات بھگوان سمجھ کر اس کی سید کر کے سے دہی پھل پراپت ہوتا ہے جو بھگوان کی سیوا سے۔ یہی دقت ہے تو مارا بھی پھیر د۔ رام رام بھی کہتے چلو اور کام بھی کرتے جاؤ۔ ارتھات کر تو یہ کاپالن کرنا بھی نہیں بھولنا چاہیے۔ اگر ہمارا سب کرم بھگوت بھاو سے ادت پروت ہو تو کام ہوگا۔ چلے وہ دلش سیوا ہو۔ چاہے کوئی اور کرم ہو۔ اسی میں ہمارا کلیان ہے۔  
(گنا تھ کتھ صفی)



# ذاتِ باری

== (اَذ-شَری جِگنِ ناتھ جی کھنڈی آبی ٹی) ==

کچھ نہیں ذاتِ احد کے ماسوا کچھ بھی نہیں  
 آب و آتش کچھ نہیں ارض و سما کچھ بھی نہیں  
 انتشار ہے مطلق ہے پس پیش نظر  
 دیکھتے ہیں جس طرف اُسکے سوا کچھ بھی نہیں  
 جلوہ ہائے ذاتِ باری رُونما ہیں ہر طرف  
 ذاتِ مطلق کے سوا یاں دوسرا کچھ بھی نہیں  
 صورتِ گل ہے گلستاں ہیں تو خارِ دشت بھی  
 ہے وہی اس کے سوا یاں صبا کچھ بھی نہیں  
 ہے چٹک غنچہ کی خود وہ اور بلبَل کی چہک  
 ماسوا اس کے صفی رنگِ حنا کچھ بھی نہیں  
 رنگ و بو ہر خود وہی ہر شور و شر وہ خود تمام  
 ردِ لِقِ بارِ غمساں اس کے سوا کچھ بھی نہیں  
 عشقِ خود ہے حُسنِ خود ہے اور خود ہی مبدل  
 ادب پھر دلدار بھی اس کے سوا کچھ بھی نہیں  
 غیر آں پھر شوخ کی ناز و آدا کچھ بھی نہیں



# شیطان کا تاسف

قسط نمبر 5

باب پنجم

از لکھنؤ کشی رام چاد لہ۔ لدھیانہ

**پس منظر۔** ملک برطانیہ کے ایک غریب گھرانے میں پیدا شدہ مسٹر جافری لمپٹ نے بڑی جدوجہد سے تعلیم حاصل کی اور پھر بڑی دوش دھوپ کر کے ایک عارضی ملازمت حاصل کی، لیکن وہ بھی قائم نہ رہ سکی۔ فاقوں کی نوبت آئی۔ اکتنے میں ایک نوبت اس کو اپنے ایک لادارث رشتہ دار کا بھاری ورثہ ملنے کی خبر ملی۔ اور ساتھ ہی اس کے ایک پورے دوست نے ایک شاہزادہ کو اپنا تعارفی خط دیکر بھیجا اور لکھا کہ وہ اس کے اس مصیبت کے زمانہ میں بہت مفید ثابت ہو سکتا ہے۔ اب گئے پڑھے

میرے اس دوست کو کم پیار اور مذاق سے کالج میں بوفلر کہہ کر پکارا کرتے تھے اور پہلے وہ اسی نام سے اپنے خطوط پر دستخط کیا کرتا تھا، لیکن اس خط پر اس نے اپنا اصلی نام لکھا تو مجھے عجیب سا معلوم ہوا بلکہ مجھے کچھ ریج سا محسوس ہوا۔ کیونکہ دوسرے نام کے لکھنے سے تو پیار ٹپکتا تھا۔ پھر اس خط کا مضمون بھی ایک رسمی قسم کا اور روکھا پھیکا اور ایسا دکھائی دیتا تھا جیسے کسی دھڑے آدمی نے بول کر اپنے دباؤ سے لکھا یا ہو۔ یہ خیال مجھے کیوں آیا۔ اس کی وجہ میں نہیں سمجھ سکا۔ خط پڑھنے کے بعد میں نے اس خاموش بیٹھے ساتھی کی طرف ذرا دھیان سے نگاہ ڈالی۔ اس نے میری دلی کیفیت بھانپ لی، اور اس نے بھی میری طرف ذرا ہنسی باندھ کر دیکھا اس خوف سے کہ میری نگاہوں نے میرے اندر وہی شکوک اس آدمی پر ظاہر نہ کر دیے ہوں۔ میں جلدی سے بول اٹھا۔

”شاہزادہ صاحب! اس خط نے میرے سر پر ادب اور بھی منوں پانی ڈال دیا ہے اور مجھے غایت درجہ کا افسوس اور شرمندگی ہے کہ اس وقت میں نے نہایت ذلیل حالت میں آپ کا شرف ملاقات حاصل کیا ہے۔ اس بد اخلاقی کی تلافی کسی صورت میں بھی نہیں ہو سکتی۔ آپ اس بات کا اندازہ نہیں لگا سکتے کہ اس شکستہ حالی میں آپ سے ملائی ہو کر میں کتنا نادم ہوں۔ یہ مقام سرگز نہرگز اس قابل نہیں ہے کہ میں یہاں آپ کا تعارف حاصل کرتا۔“ اتنا کہہ کر میرا دل بھر آیا اور میں ہی من میں کڑھ رہا تھا کہ حالانکہ اتنی بڑی درانت کے بل جانے سے میں بڑا بھاری امیر آدمی بن گیا ہوں، لیکن پھر بھی میں خستہ حال دکھائی دے رہا ہوں۔ شاہزادے نے میری سرکشی کو بھانپ لیا۔ اور اپنے ہاتھ کے اشارے سے مجھے اطمینان سا دلاتے ہوئے کہا۔ ”دوست! اس میں مذمت کی کون سی بات ہے، برخلاف اسکے آپ کو تو اس بات کا فخر ہونا چاہئے، کہ آپ نے ظاہری نمائش کو تلاشی دے رکھی ہے۔ ذہانت تو چھوٹی ہی میں ہی نشوونما پاتی ہے۔ لیکن محلات میں جا کر ختم ہو جاتی ہے۔ یہ ایک مسئلہ اصول ہے۔ میں نے کہا، کہتے تو ایسا بھی ہیں لیکن یہ اصول صداقت کی کسوٹی پر پور نہیں اُترتا۔ ہو سکتا ہے کہ ذہانت پر محلات کا کچھ بد اثر پڑتا ہو۔ لیکن فائدہ کشی میں تو وہ ہرگز نہ زندہ نہیں رہ سکتی۔

وہ بولا۔ ”میں نے مانا۔ لیکن ذہانت کا اگر اس طرح سے فائدہ ہو بھی جائے۔ تو بھی بعد میں وہ سیکرڈوں احمقوں کا پیٹ پالتی ہے میرے دوست! اس بارہ میں ذہن کل مالک اعلیٰ کا ہاتھ ہوتا ہے۔ دیکھو! فنِ موسیقی کا ماسٹر شیرٹ خود تو غربت اور ناداری کی حالت میں ہی چل بسا، لیکن اس کے تیار کردہ راگ اور رانگینوں سے کتنے موسیقی کے شائقین نے فائدہ اٹھایا ہے۔ قدرت کا یہ ایک گہرا اور حسین اصول ہے کہ نیک انسان تو قرآنی کا بکرا بنیں اور بد لوگ اس سے مستفید ہوں۔“ یہ کہہ کر وہ ہنسنے لگا۔ لیکن مجھے اس کی یہ بات سن کر بڑی حیرت ہوئی۔ کیونکہ کم و بیش میں بھی اسی خیال کا آدمی تھا۔ میں سوچتا تھا کہ آیا اس نے یہ بات واقعی صدقہ قلبی سے کہی ہے یا محض مذاق کے طور پر



تب میں نے کہا کہ میرا خیال ہے کہ آپ نے یہ بات طعنہ لگائی ہے اور جو کچھ آپ نے فرمایا ہے، دل سے نہیں کہا ہے یعنی آپ کا اس ہول پر اعتقاد نہیں ہے۔ پس کراس نے اپنی آنکھیں اور اٹھائیں، لیکن میں ایک حیرت انگیز چپک بھی اور پھر وہ بولا: "یہ آپ سننے کیا کہا، اگر مجھے اپنے ہی تجربات کے نتائج پر اعتقاد نہیں، تب میرے پلے ہی کیا رہ جاتا ہے۔ مجھے اپنی زبان سے نکلے الفاظ کا احساس ہے۔ جو اصول میں نے بیان کیا ہے اسکی صداقت کی تردید نہیں ہو سکتی، اس دنیا کو شیطان اپنے چابک سے چلاتا ہے اور حیرانی اس بات کی ہے کہ وہ یہ کام کوی کامیابی سے کرتا ہے۔ (اس بارہ میں اس امر کو فراموش نہ کرنا چاہئے کہ پھر بھی لوگ خدا کی موجودگی پر ایمان رکھتے ہیں)۔ جب وہ آدمی یہ باتیں کہہ رہا تھا تو میں نے دیکھا کہ اس کی پیشانی پر سیاہی سی آگئی۔ اور اس کے چہرہ کی لکیریں زیادہ گہری اور سخت ہو گئیں۔ اتنا کہ اس کے ہونٹوں پر سیاہی پھنسا اور پھر اس نے کہنا شروع کیا۔ "لیکن ہم کو اخلاق و ایمان کے بھجوت میں نہ پڑنا چاہئے۔ ان سے تو انسان کی جان تنگ آجاتی ہے۔ ہر ایک صاحب فہم انسان یہ بات مستلزام نہیں کہ تاکہ وہ کیا بن سکتا ہے اور کیا نہیں بن سکتا۔ میں تو آپ سے دوستی کا ناطہ پیدا کرنے کے لئے آیا ہوں، بشرطیکہ آپ بھی اس کے لئے تیار ہوں، اور قصہ کوتاہ تکلف سے کام نہ لیتا ہوں میں چاہتا ہوں کہ آپ ابھی میرے ساتھ میرے ہونٹوں میں تشریف لے چلے، ہم دونوں وہیں اکٹھے کھانا کھائیں گے۔

اس دوران میں میرے اندر اس آدمی کے لئے ایک کشش سی پیدا ہو گئی تھی، کیونکہ ایک تو وہ خوش شکل تھا، دوسرے تکلف سے کام نہ لیتا تھا، اور تیسرے اس کی آواز میں ایک شیرینی تھی۔ پھر اس کی خوش مزاجی مجھے بہت پسند تھی۔ اس لئے مجھے ایسا محسوس ہوا کہ میری اس کے ساتھ خوب کھینگی۔ ان تمام وجوہات سے مجھے جو دلی رنج اپنی ناداری کی وجہ سے ابتدا میں ہوتا تھا، وہ اب کافی کم ہو گیا تھا۔

میں نے جواب دیا، آپ کی بڑی فائز ہے، اور میں بخوشی آپ کے ساتھ چلوں گا، لیکن پہلے میں کچھ عرض کرنا چاہتا ہوں۔ آپ کو میرے دوست جان کو رنگین سے میرے حالات سے تو کافی آگاہی ہو چکی ہوگی اور جیسا کہ میرے دوست کے خط سے ظاہر ہوتا ہے، آپ سب میرے پاس محض اپنی ذرہ نوازی اور عنایت فرمائی کے باعث تشریف لائے ہیں۔ آپ کی اس بندہ نوازی کا میں از حد مشکور ہوں۔ میں سمجھتا ہوں کہ آپ یہاں پر یہی خیال دل میں لے کر آئے ہوں گے۔ کہ آپ ایک تلاش اور کنگال آدمی کو مایوسی اور ناداری کی حالت سے دوچار ہوتے ہوئے دیکھیں گے۔ اور اگر آپ اس سے دو گھنٹہ پیشتر یہاں قدم نہ پونچ فرماتے، تو واقعی میری ایسی ہی حالت تھی، لیکن میری قسمت نے یاد داری کی ہے اور حالات نے پلٹا کھایا ہے۔ ابھی ابھی مجھے ایک اطلاع آئی ہے جس نے مجھے کچھ سے کچھ بتا دیا ہے۔ حقیقتاً آج شام کو وہ خبر ایک میں تو بھونچکا سا ہی رہ گیا ہوں۔

یہ سن کر میرا ساتھی بڑی لطافت سے گویا ہوا کہ ماث اللہ وہ خبر نیک ہی ہوگی۔ اس کے ایسا کہنے پر میں مسکرا دیا۔ اور اس کے ہاتھ میں ذکیل کا بھیجا ہوا وہ درانت پالنے والا خط دیتے ہوئے میں نے کہا، اسے ملاحظہ فرما کر آپ خود ہی اندازہ لگا لیجئے۔ اس نے اس خط پر جلدی جلدی نگاہ دوڑا کر اسے نہ کیا۔ اور مجھے داپس دیتے ہوئے بڑے انداز سے سر جھٹکا دیا اور بولا۔ "میں خیال کرتا ہوں کہ مجھے آپ کو مبارک باد دینی چاہئے اور اس لئے میں مبارکباد عرض کرتا ہوں۔ اگرچہ یہ دولت، جس کو یا کہ آپ مطمئن سے ہو رہے ہیں۔ میری نگاہ میں کوئی حقیقت نہیں رکھتی۔ یہ تو سات آٹھ سال کے عرصہ میں ہی کھائی پی جا سکتی ہے۔ اس لئے اتنی دولت سے عمر بھر کے تفکرات سے تو جھٹکا نہیں مل سکتا۔ میرا خیال ہے کہ حقیقی معنوں میں میرے بننے اور میرے کھانے کے لئے کم از کم دس لاکھ پونڈ کی سالانہ آمدنی ہونی چاہئے تب آدمی روز روز کے جھجوت سے فارغ البال ہو سکتا ہے۔ یہ کہہ کر وہ ہنس پڑا، اور میں استعجاب سے اس کا چہرہ دیکھنے لگا۔ مجھے سمجھ میں نہ آ رہا تھا کہ میں اس کی بات کو ایک حقیقت سمجھوں یا محض لاف زنی، وہ پچاس لاکھ پونڈ کی بڑی رقم کو حقیر بتا رہا تھا۔ لیکن میری حیرانی کی طرف توجہ نہ دیتے ہوئے، وہ پھر کہنے لگا۔ "میرے پیارے دوست! انسان کی حرص کی بھوک تو کبھی مٹ نہیں سکتی اگر ایک چیز کی غذا اُسے ملے نہیں کر سکتی، تو دوسری چیز کی طلب کھڑی ہو جاتی ہے، اور اس کا مذاق بھی اُونچا ہوتا جاتا ہے۔ مثلاً تمہاری



سچا اس لاکھ کی رقم تو چند خود بڑے اور بد خُص عورتیں اپنے زیورات کی خریدیں ہی صرف کر دیں گی۔ گھوڑ دوڑ میں حصہ لینے سے تو اتنی رقم اور بھی جلدی ختم ہو جلتے گی۔ نہیں نہیں! یہ رقم باکر آپ اپنے آپ کو امیر سمجھیں۔ آپ اب بھی غریب میں۔ محض آپ کی ضروریات پیش پیش نہیں آئیں۔ اس بات میں میں آپ سے متعلق ہوں کہ مجھے قلعے والی ضرورت ہوئی ہے، کیونکہ میں آپ کے پاس یہ خیال لے کر آیا تھا کہ ایک مستحق انسان کی کچھ خدمت کر سکوں۔ اور ایک صاحب جو مردانہ آدی کے کام آسکے۔ بے شک آپ کو یہ کچھ رقم مل گئی ہے، لیکن میں اب بھی آپ کی خدمت کے لئے بدستور حاضر ہوں۔ سہے تو یہ ایک عجیب بات، لیکن یہ ایک حقیقت ہے کہ جب بھی میری توجہ کسی انسان کی طرف ہوئی ہے، تو اس کو میں نے پورے طور پر نبھایا ہے، اگرچہ اس کا کافی بوجھ مجھ پر پڑا ہے۔ اتنا کہہ کر وہ اچانک رگ گیا، اور پچھتے کے لئے سر اوجھا کر کے اس نے پوچھا۔ یہ کیا آواز آ رہی ہے؟ میں نے کہا کہ پڑوس میں ہی کوئی دایوہن پر یاگ الاپ رہا ہے۔ یہ سن کر اس نے اپنے کندھے کو جنبش دیتے ہوئے کہا کہ یہ تو بڑا غمناک الاپ ہے۔ مجھے تو اس قسم کے آوازیں بھرے راگ پسند نہیں ہیں۔ خبر اچھا! اب تو آپ لکھو تی بن چکے ہیں، اور جلدی ہی سو سا بیٹی کے مکھیا بن جائیگی۔ اس لئے اب تو میرے ساتھ کھانا کھانے میں کوئی اعتراض نہ بھڑانا چاہیے، اور اس کے بعد اگر آپ چاہیں تو گانا بجانا بھی ہو جائے فرمایئے، ایسا ہی رہے نا۔

تب اس نے پیار سے اپنا ہاتھ میرے کندھے پر رکھا اور غصے میرے چہرے کی طرف دیکھا۔ اس کی جادو بھری آنکھوں میں آنسو بھی تھے اور جوش بھی۔ اس کی نگاہ نے مجھے ایک طرح سے رام کر لیا۔ اگرچہ میں اس آدمی سے ابھی ابھی ملا تھا۔ لیکن جو کشش میرے اندر اُس کے لئے پیدا ہوئی اُسے روکنے کی میں نے کوئی کوشش نہ کی، کیونکہ مجھے ایک لطف سا محسوس ہو رہا تھا۔ تاہم میں نے پھر جب اپنے ہتھ کے لباس پر نگاہ ڈالی، تو مجھے تامل سا ہوا۔ اور میں نے کہا، شام زادہ صاحب! اس حالت میں میں آپ کے ہمراہ چلنے کے قابل نہیں ہوں۔ اس لباس میں تو میں لکھنوتی دکھائی دینے کی بجائے ایک آوارہ گرد سا معلوم ہوتا ہوں۔ یہ سن کر اس نے میری طرف دیکھا، اور مسکراتے ہوئے کہا کہ اگر آپ کا خیال درست بھی ہو، تب بھی آپ کو معلوم ہونا چاہئے کہ بڑے آدمی ہمیشہ سادہ لباس پہنا کرتے ہیں۔ بھڑکیلے اور نیشی کپڑے تو جاہل اور متکبر آدمی یا عیاش عورتیں ہی پہنتا پند کرتے ہیں۔ ایک بھڑا سلاو اکوٹ آپ وزیر اعظم کے گھر میں ہی دیکھیں گے۔ جس عورت کو تم سیدھی سادی سلائی کے کپڑے پہنے ہوئے دیکھو تو سمجھ لو کہ وہ پاکیزہ سیرت خاتون ہے۔ یا کسی اعلیٰ گھرانے سے تعلق رکھنے والی شریف زادی ہے۔ بھڑی سلائی کے کوٹ میں کیا برائی ہے اگر اس کے کیسے پڑھوں۔ ذرا اس بات کا علم ہونے دو، کہ آپ لکھو تی ہیں۔ تو کوئی بڑا درزی آپ کے موجودہ لباس جلیسا ہی کوئی نئے ڈیزائن کا لباسہ سی کر لے آئے گا۔ بس تامل چھوڑو۔ اور اٹھو، آپ کے وکیل کے خط نے تو آپ کی بھوک بھی بیز کر دی ہوگی۔ اب آپ چلے اور میرے ساتھ کھانے کا لطف لیجئے۔ ہاں! ایک بات اور بھی، جب تک آپ کا وکیل قانونی کارروائی میں وقت لگاٹے۔ اس وقت تک مجھے ہی اپنا خراجہ تصدق کیجئے۔

اُس نے یہ پیشکش اتنی خوش خلقی اور پیار سے کی کہ میں نے وہ منظور کر لی۔ اور اس سے میرے ہرے ہرے سالہ بوجھ اتر گئے۔ میں نے تب جلدی سے چند سطور مالک مکان کے نام لکھ کر اس کے کرایہ مکان کی رقم اگلے دن ڈاک کے ذریعہ پہنچ جائے گی، اور پھر اپنی کتاب کا مسودہ جو کہ لے رہے کہ ساری پونجی اس وقت تھی۔ اپنی جیب میں ڈالا۔ چراغ گل کر دیا اور اس رڈی ترین مقام کو چھوڑ کر اپنے نئے دوست کے ہمراہ ہو گیا۔

مجھے اس بات کا گمان بھی نہ تھا کہ کوئی وقت آئے گا کہ اسی مکان میں گزارے ہوئے زمانہ کی مجھے پھر یاد آئے گی۔ انسان اپنے مستقبل کی اچھائی یا برائی کے متعلق کچھ نہیں کہہ سکتا، میں نے خوش خوشی اس غلیظ مکان کو چھوڑتے ہوئے ایسا خیال کیا کہیں جہنم سے رہائی پا رہا ہوں، لیکن جب اس مکان سے اپنے دوست کے ساتھ میں نے قدم باہر رکھا ہی تھا تو پھر دایوہن کے بچنے کی آواز آئی اور اس میں سے ایک نہایت رقت انگیز اور درد بھرا الاپ نکلا۔

(باقی پھر)



# دُنیا

از قلم ڈاکٹر راج بہادر دوما سرائی — بریلوی !

کبتک لبوں کو مائل فریاد بنائیں      کبتک جبگر کو تختِ بیدار بنائیں  
کبتک جہانِ عیش کو بریاد بنائیں      کبتک دل سکون کو ناشاد بنائیں  
دُنیا یہی دُنیا ہے تو کیا یاد کریں گے

آنکھوں کے رہے جو بھی ماں باپ کے تھے      روتے ہیں بلکتے ہیں سسکتے ہیں بچا رہے  
ملنے نہیں اُن کو کہیں دُری کے سہارے      مٹنے سوکھ گیا خشکِ باں پھونک کے مارے  
دُنیا یہی دُنیا ہے تو کیا یاد کریں گے

پستی سے ابھرتا نہیں قسمت کا ستارا      ہر نقشِ قدم ڈوبتا جاتا ہے ہمارا  
گرداب میں کشتی ہے نہیں کوئی سہارا      موجوں پہ تلاطم ہے بہت دُور کنارے  
دُنیا یہی دُنیا ہے تو کیا یاد کریں گے

ہر گل ہے جو بیشِ مردہ تو ہر غنچہ پریشان      ہر برگ کے چہرے سے اُود اسی ہے نمایاں  
نالوں سے ہے بلبُل کے بھرا سخنِ گلستاں      ہے آج بھی خون سے ہوئے آنکھوں کو نگہبان  
دُنیا یہی دُنیا ہے تو کیا یاد کریں گے

ہر رازِ صداقت بھی ہے اک قصہِ باطل      ہر رمزِ حقیقت بھی ہے بے معنی حاصل  
منزل سے الگ ہے کسی دُشوارِ مٹی منزل      ہر شخص پریشان ہے ٹوٹا ہے ہر اک دل  
دُنیا یہی دُنیا ہے تو کیا یاد کریں گے



# مُسترت کی تلاش !

مُسترتی ایسے آئین گندھرو  
مغل مراے

جب میرے تخیل کا طائر آنتہائی بلندیوں پر مجبور پرواز ہوتا ہے اور اس بلندی سے دُنیا اور دُنیا والوں پر نظر ڈالتا ہے تو دیکھتا ہے کہ دُنیا کا ہر فرد مُسترت کی تلاش میں سرگرداں، اور سرگردم عمل ہے۔ دولت و ثروت، عزت و وقار، اعزاز و افتخار۔ یہ سب مُسترت اور خوشی کے ہی مختلف روپ ہیں۔ لیکن مشاہدہ سے عیاں ہے کہ جتنی کاوشیں اور کوششیں سے مُسترت کی جستجو کی جاتی ہے، یہ اتنی ہی دُور ہوتی جاتی ہے، اور انسان آلام و مصائب، بے وسعت و حسرت کے صحرا میں گم کردہ راہ رو کی طرح محروم دم توڑ دیتا ہے، ایسا کیوں؟ اس لئے کہ ہم اپنی زندگی کی شاہراہ کو قدت کے نظام کے مطابق سموار نہیں رکھتے۔ نہ کوئی کام کرتے وقت ایکی اور سچائی کے منہرے اصولوں کو پیش نظر رکھتے ہیں۔ دولت جمع کرنے کے لئے، عزت و وقار حاصل کرنے کے لئے خواہشات سے مغلوب ہو کر عیش و عشرت کے جھولے جھولے کرنے کے لئے ہر طرح کے جعل، وکٹ، مکر، فریب، دھوکہ اور جھوٹ کو بردے کا رلاتے ہیں۔ جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے، کہ غلط طریقوں سے بُوری ہوئی دولت مُسترت اور خوشی دینے کی بجائے زحمت اور کُھٹ دیتی ہے، بُرے خیالات اور بُرے کاموں کا عادی ہونے سے ذہن میں بُرے، گندے اور نفرت انگیز خیالات جمع ہو جاتے ہیں۔ اور نیکی اور سچائی اور اچھائی کے خیالات ذہن میں مدھم مہم ہوتے ہوئے آہستہ آہستہ معدوم ہو جاتے ہیں۔ اُن کے ساتھ ہی زندگی سے خوشی بھی معدوم ہو جاتی ہے، اس لئے بُرے خیالات سے دل کے دامن کو بچا کر سچائی، نیکی اور بھلائی کے خیالات ذہن میں سمونے چاہئیں، تاکہ بُرے خیالات کی تاریکی ذہن سے اس طرح کا فور ہو جائے، جیسے آفتاب کی کرنوں سے رات کا اندھیرا دُور ہو جاتا ہے۔

جوں جوں نیکی اور سچائی کے خیالات ذہن میں اکٹھے ہونے لگتے ہیں۔ بدی اور بُرائی کے خیالات — ناکامی، نا اُمیدی اور نامرادی کے خیالات کے کانٹے، جو نکالیت، مصائب اور رنج و محن کا باعث بنتے ہیں۔ مُسترت، انبساط، کامرانی، پریم اور پیار کے خوشنما، خوب صورت پھولوں میں تبدیل ہو جاتے ہیں اور پھر — نا اُمیدی، ناکامی، نامرادی اور بے وسعت کے کانٹوں پر سمونے سے مُسترت کے پھولوں کی سیج پر سونے کی سی راحت محسوس ہوتی ہے۔ قدرت چاہتی ہے کہ انسان زیادہ سے زیادہ خوشی اور مُسترت سے لطف اندوز ہو۔ خوشی، انبساط، دلکشی، خوبصورتی اور رعنائی کی کرنیں انسان کی زندگی کو جین اور روشن رکھنے کے لئے ہر لمحہ نور اور ضیاء بکھیرتی رہتی ہیں، تاکہ دکھ، درد، رنج و غم اور مایوسی کا اندھیرا اس پر اپنا مخوس سایہ نہ ڈال سکے۔

کسی دشمن کی دشمنی، مخالفت، عداوت، نفرت اور حقارت کو آپس میں حریفوں سے دُور کرنا ناممکن ہے، کیونکہ بغض سے بغض، نفرت سے نفرت اور حقارت سے حقارت کم ہونے کی بجائے بڑھتی ہے۔ زندگی جو پر ماتا کا سب سے بڑا اگر تقدیر عطیہ ہے۔ اس کی دلکشی، رعنائی اور رنگینی کو زیادہ سے زیادہ بڑھانے ہی میں راحت ہے۔ سکون ہے، امن ہے، شانتی ہے۔ اس لئے دل میں زیادہ سے زیادہ وقتِ بے بدداشت، جذبہ عفو پیدا کرتے ہوئے دشمن کی بُرائیوں کو نظر انداز کر کے اس



سے ہم آگہی اور خیر سگالی پیدا کرنی چاہئے۔ سچائی اور پُر خلوص محبت سے برے سے برے، بڑے سے بڑے دشمن کو بھی بھلا اور اپنی بھلائی چاہنے والا بنایا جاسکتا ہے، تنہائی میں، دل کی گہرائیوں سے، خاموش آفاقی سے کہا جائے۔ "دُنیا میں ہمارا کوئی سیری، دردِ وحشی، دشمن، مخالفت اور بُرائی کرنے والا نہیں ہے۔ کسی کے لئے کسی وقت بھی ہمارے دل میں حقارت، نفرت اور بُرائی کے خیالات پیدا نہیں ہو سکتے۔" تو کوئی وجہ نہیں کہ دُنیا سے بیر اور بُرائی، نفرت اور عداوت ختم نہ ہو جائے۔

جب کوئی شخص ہمیں زبان اور عمل سے دکھ پہنچاتا ہے، ذلیل کرتا ہے۔ ہمارے جذبات کو زخمی کرتا ہے۔ ہمارے آرام و آسائش کے ذریعہ کو مٹانے کی کوشش کرتا ہے۔ تو ہمارے دل میں اُس کے خلاف نفرت کا جذبہ پیدا ہو سکتا ہے۔ ذہن نیکی، خلوص، محبت اور ہمدردی سے بے نیاز ہو کر بغض اور کینہ کے جذبات سے مغلوب ہو جاتا ہے۔ ہر وقت سوتے، جاگتے، چلتے، پھرتے، اٹھتے، بیٹھتے اسی خیال میں ٹھہک رہتا ہے کہ کسی دھوکہ اور فریب سے دشمن کو دکھ پہنچا کر بدلہ لیا جائے۔ ہماری آنکھیں اُسے دکھ اور مصیبت میں تڑپتے ہوئے دیکھ کر مسرت حاصل کرنے کی منتی ہوتی ہیں۔ اُس وقت ہم اُس شہرے اُٹول کو فراموش کر دیتے ہیں کہ کسی سے بدلہ لینے کی خواہش اچھائی نہیں ہے، کسی کو دکھ پہنچا کر، اذیت دے کر، ذلیل کر کے کبھی راحت اور سکون حاصل نہیں ہو سکتا!

بے بنیاد توہمات سے خوف و ہراس جب دل و دماغ پر چھا جاتے ہیں تو رنج و غم اور ناخوشی پیدا ہوتی ہے، ہر طرف تکالیف و مصائب کے ڈراؤنے، جھیب اور بھیاناک مناظر فلم کی ریل کی طرح آنکھوں کے سامنے ناچنے لگتے ہیں۔ ہر طرف دکھ اور غلاب کے بادل چھائے ہوئے محسوس ہوتے ہیں۔ یہ رنگ رنگی، خوبصورتی اور روحانی سے جگمگاتی دُنیا جہنم سے بدتر معلوم ہوتی ہے۔ لیکن جوئی و صلہ افزا، رنج افزا اور دل کو ڈھارس دینے والے خیالات پیدا ہوتے ہیں بے بنیاد دکھوں کے بادل پھر جاتے ہیں اور خوشی کا سورج چمکنے لگتا ہے۔

جب غرور اور تکبر دل و دماغ سے ہم آہنگ ہوتے ہیں، تو انسان خود پسندی، خود بینی اور خود آرائی اور خود پرستی سے متاثر ہو کر اپنے آپ کو دُنیا میں سب سے زیادہ دانائی اور عقل و شعور کا حامل تصور کرتا ہے، اُس کے نزدیک کسی کی نیک صلاح کو ماننا، اچھے سے اچھے مشورہ پر عمل کرنا، اس کی دانائی اور بڑائی کی توہین کے مترادف ہے۔ انسانیت اور انسانیت کی قدروں کی اس کے دل میں کوئی وقعت نہیں رہتی، ہر وقت اپنے اچھیاں بھرے خیالات میں مگن رہ کر خوشی اور راحت کا منتی رہتا ہے۔ ہو سکتا ہے، وقتی طور پر نہایت ضعیف سی مدھم سی راحت کی روشنی حاصل ہو سکے، لیکن جلد وہ وقت آجاتا ہے۔ جب ایسا انسان دکھ کے اندھیرے گڑھے میں گر جاتا ہے۔ جہاں نیکی، سچائی اور مسرت کی روشنی پہنچ نہیں سکتی۔ ایسے خوفناک گردھوں میں گرنے سے بچنے کا واحد طریقہ یہی ہے کہ زندگی کا سفر طے کرنے کے لئے ایسا راستہ منتخب کیا جائے، جو برداشت، ضبط، درگزر، نرمی، وفاداری اور محبت کی روشنی سے روشن ہو۔

نیکی اور راستی پر مبنی خیالات کی روشنی میں، ایسا گرجت سے، خمیر کی آوا کو سن کر اور اُس پر عمل پیرا ہو کر زندگی کی شاہراہ پر گامزن ہونے سے ایسی لازوال خوشی اور مسرت حاصل ہو سکتی ہے، جسے کوئی چھین نہیں سکتا۔ یہ مدھر، مدھر، چھٹی چھٹی، جھینی، جھینی، آواز قدرت کے لافانی، ابدی اور انادوی خوشیوں اور مسرتوں کے سرچشمہ (جس کی وسعتوں کا اندازہ انسانی شعور سے بالاتر ہے) سے ظہور پذیر ہو کر روحانی نعموں، عرفانی کیفیتوں، محبت کے راگوں اور پریم کے تاروں کے رُپ میں کائنات کے ذرہ ذرہ



سے، خاموش آواز میں ہر وقت غمزدہ رہے۔ جس نے آبِ گنگا سے پو تو آبِ زم زم سے پاکیزہ، آبِ حیات سے برتر منے کھلے کنول سے انتہائی سندھ، موسمِ سرما کی پورنیا کے چاند سے دلکش، آلائشوں سے پاک، خوشی اور سرور برساتی ہوئی اس مقدس آواز کو سنا، اُسے اور کچھ سننے کی ضرورت نہیں رہتی۔ اسے جان کر اور جانتا باقی نہیں رہتا۔ اُس کی تمام خواہشیں، تمناؤں، آرزوئیں۔ اس سرور آگیاں اور راحت بخش مسرت میں ڈوب جاتی ہیں۔ جسمِ جہانتر سے خوابِ غفلت میں پڑے حقیقی سکھ اور سرور کے پرمادوں کو وہیں لینے لگتے ہیں۔ جیسے ہر طوفانِ لادوالِ آئندہ کا ساگر اُٹا آیا ہو۔ جیسے استغابہ اور اکھنڈ آئندہ کی جوتی کا پرکاش ہر طرف پھیل گیا ہو۔ اور پھر۔۔۔ وہ سب کو آپ میں اور آپ کو سب میں دیکھتا ہے۔ اُس کی زندگی کا ہر لمحہ سب کی بھلائی کے لئے ہوتا ہے، اپنے آپ کو محدود نہ سمجھ کر لامحدود کا جہتِ محسوس کرتا ہے اور دنیا کی ہر چیز اُسے خوشی اور مسرت کا پیام دیتی ہے۔

# برباد نہ کر میرا خرمن اس برقِ تپاں کو کون کہے

از دیوانِ پندیر اس قمر امیر الشعر خطباتِ فنا از سخنِ لکھنؤ و طیفیافتہ از سرکارِ عالیہ سراج گورنمنٹ سسر گلیا ندیاں

ہرگز نہ بھلا شری کرشن ہرے مجھ گنگاں کو کون کہے  
خاموشی سے تو دیکھ اسے اور صبر سے آفتِ طالع  
چرخوں کو دھلا کر ٹھہر ذرا ہم پیاس بجھا لے  
کب ایک باں ممکن ہے تعریفِ کہنیا گدھر کی  
لے دیکھے اس کا سہارا ہے اور ہستی اس پر قائم ہے  
حسرت ہے ابھی بھولا بھی نہیں کھو الی کرنا رہتا  
تو رائے کو چھوڑ نہیں گمراہ جواں کو کون کہے  
پہلوئیں شکایت ہے تیرے کیہ و فغان کو کون کہے  
اے من موہن اس جہنم کے دریا رواں کو کون کہے  
مضروبِ تپا کچھ اور رہو حیرتِ بیاباں کو کون کہے  
برباد نہ کر میرا خرمن اس برقِ تپاں کو کون کہے  
کچھ میرے چین سے ور رہو یہ بادِ خزاں کو کون کہے

جو جیسی دھڑکی آنکھیں ہیں وہ ابر کریم برساتی ہیں

مشہور چشمِ حسرت ہے اس چشمِ گدیریاں کو کون کہے



ادب شری  
شہ سیدانی

# ساک و چار دھارا

جو کچھ ہم اپنی روزانہ زندگی میں دیکھتے ہیں، بولتے ہیں۔۔۔ سنتے ہیں۔ اس کا ہمارے من رُوپی ہر دے پر نقش سا۔ چتر سا کھینچ کر رہ جاتا ہے۔ جس پر کار کیرے کے سامنے جو بھی دستوراتی ہے، خواہ وہ اچھی ہو، خواہ بُری ہو، خواہ وہ ایک سُندر رُوپ ہو، خواہ ایک ٹوٹی ٹھوٹی پرانی عمارت۔ لینز دھارا اُسی کا فوٹو اُسی کا عکس، کیرے کے پردے پر، کیرے کی ریل پر آ جاتا ہے۔ اس میں کیرے کا کوئی دوش نہیں کہ اُس نے بھدی یا بُری فوٹو کھینچی، اس میں فوٹو کھینچنے والے کا دوش ہے کہ اُس نے ایسے چتر کیوں لئے۔

اس پر کار اگر ہمارے من رُوپی پردے پر بڑے چتر کھینچتے ہیں تو اس میں بھی کسی دوسرے کا دوش نہیں۔ اس میں ہمارا اپنا ہی دوش ہے۔ کیونکہ جب ہم نے ان آنکھوں دھارا جو کہ ہمیں مُت و ستو کے دیکھنے۔ جلتے اور مُت و ستو کا گیان پر اپت کرنے کے لئے بنی تھیں۔ کسی بُری دستو کو دیکھا یا اچھی دستو کو بُری عبادت سے دیکھا۔ تب ہی تو اس کا گندہ چتر ہمارے من رُوپی پردے پر پڑا۔ اگر ہم ایک اچھی چیز کو اچھی عبادت سے دیکھتے، تو اُس کا چتر کبھی بھی ہمارے من رُوپی پردے پر بُرا نہیں پڑ سکتا تھا۔

اب یہ سوچنا ہے کہ ایسا چتر کیوں۔ ایسا اس لئے ہوا کہ آنکھوں کا کام صرف دیکھنا ہے۔ شروتر (کان) کا کام صرف سُنا ہے، اور جیمبھا (زبان) کا کام صرف بولنا ہے۔ اچھائی بُرائی دھونڈنا اور میں میخ ٹھکانا نہیں۔ اور خرابی صرف اچھائی بُرائی ڈھونڈنے یا میں میخ ٹھکانے میں ہوتی ہے۔ دیکھنے، سُنے اور بولنے میں نہیں۔ جس پر کار آپ کیرے کو سادھا دن رُوپ سے ساری دُنیا میں لئے پھرے جائیں اُس پر کوئی بھی چتر نہیں آئے گا۔ چتر کب آئے گا۔ جب اُس کیرے کے بٹن کو ویشیش رُوپ سے دبایا جائے گا۔ اسی پر کار من رُوپی پردے پر بھی چتر اُسی سے آتا ہے، جب بُدھی دینی بٹن دبایا جاتا ہے۔ جیسے چتر ہمارے اس من رُوپی پردے پر بنے ہوں گے، ایسے ہی ہمارے دُچار۔ ہمارے خیالات بنتے چلے جائیں گے۔ اور جیسے ہمارے دُچار بنتے چلے جائیں گے، ایسے ہی ہمارے کرم ہوتے چلے جائیں گے۔ جیسے ہمارے کرم ہوتے چلے جائیں گے، ویسی ہی ہماری عادت بنتی چلی جائے گی۔ اور جیسی ہماری عادت بنتی چلی جائے گی۔ اُسکے اُس ساری ہمارا چال چلن بنا شروع ہو جائے گا۔ اور جیسا ہمارا چال چلن ہو گا۔ ویسی ہی ہماری قیمت بن جائے گی۔ مشہور شاعر نیکسپیئر نے بھی یہی کہا ہے۔ "Character is fate"۔ چال چلن ہی قیمت ہے۔ جیسی ہماری قیمت ہوگی، ویسا ہی ہمارا پرار بدلتا بن جائے گا۔ دوسرے معنوں میں پرار بدھ ہی قیمت ہے اور پرار بدھ کے مطابق ہی یونی بٹی ہے، شری ملتا ہے۔ تلسی داس جی نے بھی یہی کہا ہے۔ "پہلے بنی پرار بدھ، پیچھے بنا شری"۔ تلسی پہ افسوس ہے، من نہیں باندھے دھیر۔ سو کہنے کا مطلب یہ ہے کہ بُدھی رُوپی بٹن میں مقوڑا سا فرق ہو جانے پر زندگی کا سارا نقشہ ہی بدل جاتا ہے۔ چتر ہی بدل جاتا ہے۔ بُدھی رُوپی بٹن کا ٹھیک ہونے کا طریقہ کونسا ہے۔ اب گڑی واپس چلتی ہے۔ اچھے دُچار۔ اچھی سنگت۔ اچھے دُچار۔ اچھے کرم سے آپت ہوتے ہیں۔ (دیکھنا، بولنا، سُنا، پرکھنا ہی تو ہیں) اچھے کرم، اچھی عادت سے ہوتے ہیں۔ اچھی عادت اچھے چال چلن سے ہوتی ہے۔ اور اچھا چال چلن، اچھی قیمت اور اچھے پرار سے ہی نصیب ہوتا ہے۔ یعنی گڑی جہاں سے چلی تھی وہیں اکر روک گئی۔ یعنی منش رُوپی جیون آخری اسٹیشن ہے۔ اس کے بعد کوئی اسٹیشن نہیں۔ اس اسٹیشن پر آپ اچھے کرم کر کے اپنے آپ کا گیان پر اپت کر کے سچا اند گھن پر ہم بھگوان میں لین ہو سکتے ہیں۔ یا اس اسٹیشن پر سے اپنی گاڑی کا ٹرچ واپس چوراسی کی طرف موڑ سکتے ہیں۔



# اقوال زبیر

(از—شیام لعل جی عابد پشاور بی۔اے)

(۱)

ناگن کا ڈساز ہر اتر جاتا ہے      پراس کا ڈساجی سے گذر جاتا ہے  
موتا ہے بشر سانپ کے کاٹے سے مگر      عورت کے تصور ہی سے مر جاتا ہے

(۲)

گھٹی آنچ کے نہو پاس اگر پچھلے گا      پیلوں اگر دل سے تو وہ چلے گا  
ہوتی ہے کشش جنس مخالف میں ضرور      بیچارہ بشر تا بہ کجا شہلے گا

(۳)

افعال پہ جب اپنے ندامت ہو گی      خود ذات سے اپنی ہی شکایت ہو گی  
عالم یہ غلط رائے گا اک کانٹوں کی سیج      دنیا کے ہر اک عیش سے نفرت ہو گی

(۴)

ہے کتنی عجب بات یہ اے مرے حبیب      اک بندہ مجبور کے ہائے رے نصیب  
ہو حالہ کے سائے سے کالا اندھا      کیا حال بشر ہو کہ ہے دنرات قریب

(۵)

یہ وارفتا جانو ہے کچا کنواں      ہیں اس کے دلانے پہ کھڑے سب انسان  
ہلکی سی بھی لغزش ہوئی گرجاؤ گے      جائیں گے نکل ہاتھ سے پھر دونوں جہاں



از حکیم

شری نند لال ٹوہری

# سواسنہ رکھنا اور اس کے سادھن

گذشتہ سے

## ہماری غذا کیا ہو، اور کیوں؟

پیوستہ

عام طور پر ہم لوگ گیہوں - جو - مکی - چاول - دالیں - پھل اور سبزیاں - دہی اور پنیر - گھی اور مکھن استعمال کرتے ہیں (۱) گیہوں میں جسمانی پرورش کے اجزاء بکثرت ہوتے ہیں۔ یہ جینا

میں کثرت سے استعمال ہوتا ہے۔ اس کا اچھا آٹا سفید یا قدرے زردی مائل ہوتا ہے۔ اس کے پھلکے میں فاسفورس کے علاوہ وٹامن بھی موجود ہوتے ہیں۔ آٹے کو زیادہ باریک پھونانے سے وٹامن ضائع ہو جاتے ہیں۔ گیہوں پسنے کے بعد اس کے آٹا کو بغیر چھانے ہوئے روٹی پکا کر کھانی چاہئے۔ اچھے گیہوں کی پہچان یہ ہے کہ اس کا آٹا گوندھنے میں پانی خوب جذب کرے، اور اس میں لزوج پیدا ہو۔ گیہوں کی روٹی آسانی سے ہضم ہو جاتی ہے۔ پھر اس میں خرابی یہ ہے، خواہ کتنی طویل مدت تک استعمال کئے جاویں۔ جی آگتا نہیں۔ (۲) جو میں گلوٹین بہت مقدار میں ہوتی ہے۔ اسی واسطے جو کے آٹے کی روٹی اچھی طرح نہیں پکتی۔ گیہوں کی نسبت اس میں غذائیت کم ہوتی ہے۔ لیکن گرمی کے موسم میں گرم مزاج آدمیوں کے لئے مفید ہے۔ اسی لئے پنجاب میں گرمی کے موسم میں زمیندار جو کی روٹی کھاتے ہیں۔ جو کے ستوپیتے اور کھاتے ہیں۔ کیونکہ یہ گرمی سے محفوظ رکھتے ہیں۔

(۳) مکی میں روٹی اجزاء بہت زیادہ پائے جاتے ہیں اس لحاظ سے مکی بہت مقوی غذا ہے۔ اس میں گلوٹین یعنی لزوج پیدا کر دینا مادہ نہیں ہوتا۔ اسی لئے مکی کی چپاتی شکل سے بنتی ہے۔ چالیس سال کی عمر کے بعد گیہوں کی نسبت مکی کا استعمال مفید رہتا ہے، کیونکہ یہ زرد پھنم ہے۔ اس سے خون پتلا رہنے کے بعد دوران خون ٹھیک رہتا ہے۔ جس سے کہ جسم کے ہر حصہ کو غذا ملتی رہتی ہے۔ ہندوستان میں مکی کا آٹا محض غریب لوگ کھاتے ہیں۔ اس لئے امیروں کے نصیب میں یہ نعمت نہیں آتی۔ حالانکہ مکی کا آٹا زیادہ مفید ہے، خصوصاً جن کی عمر چالیس سال سے اوپر ہو۔ سبز مکی کا ٹھنڈا کوکڑیوں پر بھون کر کھانا نہایت مقوی غذا ہے۔ اور لذیذ بھی ہے، لیکن بھننا فریم، ملائم اور دودھ والا ہونا چاہئے۔

(۴) چاول ایک تھائی بنی ذرع انسان کی خوراک ہے بعض مقامات پر بجائے گیہوں کے صرف چاول ہی کھائے جاتے ہیں۔ لیکن حقیقت یہ ہے کہ اس میں بھی غذائیت کم ہوتی ہے، بیشی چاول بجائے مفید ہونے کے مضر صحت ہیں۔ کیونکہ بالائی پرت میں ہی وٹامن ہوتے ہیں، اور یہ مشینیں صاف ہونے سے بالکل ضائع ہو جاتا ہے۔ مشین کی نسبت ہاتھ کا کٹا ہوا چاول فائدہ مند ہوتا ہے۔

چاول پکائے وقت برتن کا منہ کھلانا نہ رکھا جاوے۔ ورنہ بہت سے معدنی نمک بھاپ کی شکل میں اڑ جائیں گے۔

(۵) دالیں - بھارتی خوراکوں میں دالیں ایک خاص اہمیت رکھتی ہیں۔ کیونکہ جو لوگ گوشت نہیں کھاتے۔ وہ صرف دالوں سے ہی پروٹین حاصل کرتے ہیں۔ مغرب آدمی کی خوراک دالوں کا ہونا نہایت ضروری ہے، کیونکہ ان میں ۲۵ سے ۳۵ فیصدی تک پروٹین ہوتی ہے، اور ان کا ہونا جسم کی پرورش کے لئے ضروری ہے۔ دالوں میں وٹامن بی بھی کافی مقدار میں ہوتا ہے۔ دالوں میں فاسفورس اور فولاد بھی پایا جاتا ہے۔ اگر دال کو پکانے سے پہلے سالم دال کو اتنی دیر چھو دیا جاوے کہ وہ پیوٹ جادے، تو دال بہت مفید ہو جاتی ہے۔ جس پانی میں دال کو بھگیا جاوے، وہ پانی بھی دال میں ہی قال دینا چاہئے۔

(۶) پھل اور سبزیاں سورج کی روشنی میں نشو و نما پاتے ہیں۔ ان میں وٹامن بکثرت ہوتے ہیں۔ یہ وٹامن ہماری صحت کے لئے اشد ضروری ہیں۔ ان کی کمی جسم میں بعض مریض ہو جاتا ہے۔ سبزیاں پھل سے کئی طرح بھی کم نہیں۔ بہت سے ماہرین غذا کی تو یہ رائے ہے کہ کچی سبزیوں میں



بھلوں کی نسبت قوت حیات زیادہ ہوتی ہے۔ اگر بھلی زیادہ نہ بل سکیں تو سبزیاں اس کی کوڑا کر سکتی ہیں۔ لیکن موسمی بھل مثلاً خربوزہ۔ امرود۔ جامن۔ انار۔ پیت اور گتا ضرور استعمال کرنے چاہئیں۔ کچھ سبزیاں مثلاً کھیرا۔ گلہوی۔ ٹماٹر۔ گاجر۔ مٹلی۔ شلغم۔ پالک۔ بن۔ گوبھی کا سلاہ بنا کر کھانے سے معدہ۔ آنتیں صاف اور طاقتور بنتی ہیں۔ قبض نہیں ہوتا۔ پانی پینے کی خواہش کم پیدا ہوتی ہے۔ چھانی صحت اور قوت میں اضافہ ہوتا ہے۔

**دہی**۔ یہ دودھ کی نسبت زیادہ مفید ہوتا ہے۔ کیونکہ دہی میں ترشی پیدا کرنے والے جراثیم کے علاوہ دیگر جراثیم نہیں ہوتے، ترشی پیدا کرنے والے جراثیم معدہ اور آنتوں میں جا کر دیگر مفید جراثیم کو ہلاک کر دیتے ہیں۔ دہی عام چھانی کمزوری اور کئی خون میں نہایت مفید ثابت ہوتا ہے۔ جن لوگوں کو دودھ مہضم نہیں ہوتا، ان کیلئے دہی کھانا ضروری ہے۔ یہ آسانی مہضم ہو جاتا ہے۔ اور اس میں دودھ کی نسبت غذائیت بھی زیادہ ہوتی ہے۔ اس سے بدن کی پرورش ہوتی ہے۔ کمزوری دور ہوتی ہے۔ معدہ اور آنتوں کا ورم تحلیل ہو جاتا ہے۔ جسم کا وزن بڑھ جاتا ہے۔ معدہ اور انشڑلوں کی بیماریوں میں یہ ایک مفید غذا ہے۔ خراش کے بہت سے ڈاکٹروں نے اپنے مریضوں کو دہی استعمال کرانا شروع کر دیا ہے۔ یورپ میں روز بروز اس کا رواج بڑھتا جا رہا ہے۔ دہی کا استعمال بعض ضرورتوں میں نقصان دہ بھی ہے۔ مثلاً قبض۔ سردی کی کھانسی۔ فزولہ و زکام اور جڑوں کے درد۔ (8) پنیر۔ موجودہ زمانہ میں جبکہ خالص گھی ملنا بہت مشکل ہے۔ ہم اس کی کو پنیر کھا کر پورا کر سکتے ہیں۔ کیونکہ اس میں دودھ اور مکھن کے تمام اجزاء موجود ہیں۔ یورپ کا پنیر خوب ٹھوس۔ خستہ اور خوشبودار ہوتا ہے۔ پنجاب کے شہروں میں جو پنیر بکتا ہے۔ وہ مسام دار اور پانی سے بھرا ہوا ہے۔ ذائقہ ہوتا ہے۔ اور چند دن پڑا رہنے سے خراب ہو جاتا ہے۔ چونکہ پنیر میں یلکٹک اسید پیدا ہو جاتا ہے۔ اس لئے معدہ اور انشڑلوں کے لئے بہت مفید رہتا ہے۔ پنیر دراصل ٹھوس دودھ ہے، جو کہ دودھ سے بھی زیادہ خوش ذائقہ اور مفید ہے۔ پنیر مقوی دماغ بھی ہے۔ ہندوستانیوں کی غذا میں اگر پنیر کا اضافہ کر دیا جائے، تو جہاں بہت سی امراض سے محفوظ رہیں گے وہاں ان کے جسم میں مضبوط بن جاویں گے۔

پنیر میں گوشت کی نسبت غذائیت زیادہ ہے۔ (9) گھی اور مکھن۔ یہ دونوں چیزیں ہندوستانیوں کی غذا کا جزو اعظم ہیں۔ ہر شخص ان کو مقوی جسم مانتا ہے۔ لیکن گھی کی نسبت مکھن ایک قابل قدر غذا ہے۔ تازہ مکھن لذیذ اور زود مہضم ہوتا ہے۔ گھی اور مکھن روٹی پر لگا کر کھانا، تنے کے مقابلہ میں زیادہ فائدہ مند ہے۔

## مہمبر صحت

حکیم نند لال منا کی کتاب ”مہمبر صحت“ ایک لاجواب کتاب ہے جس کا مطالعہ آپ کی صحت اور زندگی میں غنائہ کر دیگا جن لوگوں نے مطالعہ کیا ہے اس قدر تعریف کی ہے کہ بیان سے باہر ہے۔ مہمبر صحت واقعی اسم با اسم ہے۔ حفظ صحت کے مہتوں کو ایک لڑی میں پرو کر مہمبر صحت کی شکل میں پیش کر دیا ہے۔ بہت تھوڑی کاپیاں باقی رہ گئی ہیں۔ اس لئے صحت بنانے کے شہسور ذرا منگو کر پڑھیں اور مصنف کی قابلیت اور صداقت کی داد دیں۔ قیمت صرف دو روپیہ محدود لڑاک علاوہ۔ لیکن ایک ماہ کے لئے 5/۱۰ دیکھیں دیا جاویگا۔ یعنی دو روپیہ کی کتاب ڈیڑھ روپیہ بھی جاوے گی۔ پلنے کا پتہ: دفتر سالہ آدم۔ اندرون اجیریا گیٹ۔ دہلی۔ حکیم منا سے خط و کتابت کا پتہ: حکیم نند لال جی پوری۔ حکیم حاذق ۱۲۸ بھگت سنگھ آریٹ۔ نئی دہلی۔

# کوچہ دلدار

اُذ۔ شادی کر کے ہرین نا تھک صاحبِ نگہت

آپ کا حُسن بہارِ افروز اور دل کے قریب  
جنتیں آراستہ ہیں خاص محفل کے قریب

دریں عبرت اس کی بربادی ہے بجز عشق میں  
جس کی کشتی ڈوب جائے اُس کے ساحل کے قریب

جسٹوئے منزل مقصود کا حاصل نہ پلو چھ  
قافلہ لٹتا ہوا دیکھتا ہے منزل کے قریب

تابِ جلوہ کون لائے کس کو ہے تابِ نظر  
بجلیاں سی کوندتی ہیں ان کی محفل کے قریب

میں ہر اچس بن جاؤں اگر وہ دیکھ لیں  
لے کے آیا ہوں یہ ارماں انکی محفل کے قریب

بن گئے لظائے ان کے حُسن کا پردہ مگر  
جلوہ گر ہوتے رہے وہ منزلِ دل کے قریب

کھول آنکھیں ہوش میں آہ مستِ خوابِ زندگی  
تو سن عمر رواں ہے راہِ منزل کے قریب

مست ہوں نگہتِ طوافِ کوچہ دلِ داہیں  
ان کا جلوہ دیکھتا ہوں ان کی محفل کے قریب



شہری و شہنشاہ سوامی جی ہمارا ج

# پراچین ہندستان کی خوشحالی اور مستحکم

ہندوستان میں اسلام کی آمد سے قبل جس قدر انسانی ترقی وہ قیاس سے باہر ہے البتہ ملک کے کسی حصے میں تھوڑی بڑھ چکا تھا۔ لیکن جسے قوط کہتے تھے وہ آج کی حالت سے بہتر نہ ہوتا تھا۔ قدیم نائغ البالی کا اندازہ ہم عہد اسلام کے نذرنامہ سے کرتے ہیں۔ کیونکہ مسلمان یہاں خود حکمران تھے اس لئے اس بارے میں انہوں نے کوئی خاص شراعت نہیں کی۔ نہ یہاں سے غلبہ باہر لے گئے۔ خلجی خاندان کے عہد میں نزع بانا حسب ذیل تھا۔

نام جنس	من	نزع	نام جنس	من	نزع
گیہوں	ایک من	۱/۴ آنے	جو	ایک من	۱/۴ آنے
چار	ایک من	۱/۴ آنے	چاول	ایک من	۱/۴ آنے
بڑھیا چاول	ایک من	۱/۴ روپیہ	دال ابھر	ایک من	۱/۴ آنے

نام جنس من قیمت نام جنس من قیمت  
گیہوں ایک من ۱/۴ جیتل چنا ایک من ۵ جیتل  
جو ایک من ۴ جیتل چاول ایک من ۵ جیتل  
اڑوٹا ایک من ۵ جیتل گھی ۱/۴ سیر جیتل  
گرٹ ایک سیر ۱/۴ جیتل

مذکورہ بالا زمانہ میں جس کو ابھی قریب آتے سو یا ساڑھے تین سو برس گذرے ہوں گے کس قدر خوشحالی اور فائزہ البالی کا زمانہ تھا اس اس وقت مزدوری حسب ذیل تھی تو بھی لوگ نہایت آسائش سے گزارتے تھے۔

پیشہ در	ماہوار تنخواہ	پیشہ در	ماہوار تنخواہ
بڑھئی	سوا نو آنے	لوٹار	ایک روپیہ ۱/۴ آنے
لوٹار	سوا نو آنے	خونگار	ایک روپیہ دو آنے چار پائی
روسیا	ایک روپیہ ۱/۴ آنے	پانی بھرنے والا	سوا گیارہ آنے

ایک روپیہ کا چوبیس سیر گھی اور چھ من دودھ ملتا تھا۔ مذکورہ بالا حساب میں جیتل ایک پیسے سے کچھ زیادہ ہوتا تھا اور چودہ پیسے کا ایک من ہوتا تھا۔ اس سے صاف معلوم ہوتا ہے کہ چودہ سیر گھی کے گہوں ساڑھے سات پیسے یا زیادہ سے زیادہ اس وقت کے دس پیسے میں ملتا تھا یعنی ایک پیسے کا قریباً ڈیڑھ سیر گہوں مل جاتا تھا۔ بعض ناویچوں میں درج ہے کہ علاؤ الدین کے عہد میں ساڑھے سات آنے من گہوں بکتا تھا۔ علاؤ الدین نے نزع بانا کے لئے جبریتاً خاؤن جاری کئے تھے لیکن آگے چل کر مغلوں کے عہد میں اور بھی ارزائی ہو گئی۔ شہنشاہ جلال الدین محمد کبیر کے زمانہ کا نذرنامہ حسب ذیل تھا۔

نام جنس	من	نزع (بھاؤ)	نام جنس	من	نزع (بھاؤ)
گیہوں	ایک من	۱/۴ آنے	چاول	ایک من	۸ آنے
فل منگ	ایک من	پونے سات آنے	خال موٹھ	ایک من	۱/۴ آنے
بجہ	ایک من	۱/۴ آنے	نمک	ایک من	۱/۴ آنے
فکر	ایک من	۱/۴ روپیہ	تیل	ایک من	۱۰ آنے
ملدی	ایک من	۱/۴ آنے			

جو فخرنگار پہلے ایک روپیہ ماہوار خشک میں بالام گذارہ کرتا تھا اب چالیس پیاس روپے ماہوار میں بالام گذارہ نہیں کر سکتا۔ تین سو برس میں اتنی جنگ کا پیچیدگی کہ جو گہوں پونے پانچ آنے میں کچا پیچے حساب سے تیرہ چودہ آنے میں بکتا تھا۔ اب سولہ روپے سے پچیس نہیں روپے میں تک بک گیا۔ اور ملک کے اندر لاکھوں غریب آدمی روٹیوں کے متعلق ہیں۔ باوجودیکہ بڑھئی سوا نو آنے ماہوار میں کام کرتا تھا لیکن وہ دودھ اور گھی جیسی نعمتیں سب گھروالوں کے لئے پراپت کرتا تھا۔ پال گویاں سب تندرست رہتے تھے۔ آج کل وہی بڑھئی ڈیڑھ سو روپیہ ماہوار پیدا کرتے پر بھی بھوکا پیٹتا ہے۔ گھروالوں کی ضروریات پوری نہیں کر پاتا۔ اب ایسٹ انڈیا

پچھتر ہزار روپیہ لالہ سیتا رام خزانچی سے  
پچھتر ہزار روپیہ سچان لکے دکیل سے  
۵۰ لاکھ چالیس ہزار روپیہ لونڈھ لکے سے  
چالیس لاکھ کے میرے جواہرات۔

یہ فہرست ریاست بھوپال کے کتب خانہ کی ایک تاریخی شہادت  
کی بنا پر تیار کی گئی تھی۔ آپ حیران ہوں گے۔ کہ یہ رقم نادر شاہ  
کے کیسے ٹانھ لگی۔ ایک اتھاس کار کا بیان ہے کہ جب میدان نادر  
شاہ کے ٹانھ آیا اور محمد شاہ کی فروخ لگائی۔ اس وقت آصف جاہ  
نواب نے نادر شاہ کو اس بات پر راضی کر لیا۔ کہ وہ دکر ڈر

پولے لیکر دہلی میں دار نہ ہو بلکہ ہندوستان سے چلا جائے۔  
نادر شاہ کو یہ بات بہت پسند آئی۔ نواب کا اس چال چلنے  
پر ایک اعلیٰ عہدہ اور خطاب دیا گیا۔ ہندوستان کی چھوٹ  
مشہور ہے۔ جب سردار سعادت خاں نے سنا تو اس کے  
دل میں حسد کی آگ بھڑک اٹھی۔ وہ فوراً نادر شاہ کے پاس پہنچا  
پٹی پٹھانی اور کہا کہ دکر ڈر روپیہ تو بیس ایک لاکھ ہے۔

خضو رکھ بیٹ کر سکتا ہوں۔ دیکھا ایک ہاسٹل کی بدولت  
کتنے آدمی تباہ ہوئے۔ اور دہلی میں قتل عام ہوا۔ اس لیے  
ضرورت ہے کہ مذہبی پرچار۔ نیک خیالات اور ستانگ سے  
لوگوں کی مالک بیماریوں کو دور کیا جائے۔ جھگواں سے پر اور تھا  
ہے کہ بھارت دیش کو پھر سے خوشحال کر کے رکھی اور دودھ کی  
ندیاں گھر گھر بہیں۔ پھیر بکریاں گائیں بھینسیں گھوڑے اور  
اونٹ گدھے چند پرند سب رکھی ہوں۔ سب کو پیٹ بھر  
کھانسلے۔ دانہ چارہ ملے۔

کلیبی کے عہد (غدر سو متز تاسنگرام کے زمانہ تک) کا نرخ نامہ  
دیکھئے۔

گیہوں فی روپیہ ۲۹ سیر۔ چٹائی روپیہ ایک من ساڑھے  
انہیں سیر۔ چاول فی من ساڑھے اٹھارہ آنے۔

ملکہ معظمہ کوٹوریہ کے عہد ۱۸۹۰ء کا نرخ نامہ حسب  
ذیل ہے:-

گیہوں ایک روپے کا ۲۵ سیر۔ چٹائی ایک روپیہ کا ۲۸ سیر۔  
چاول ایک روپیہ کا ۴۱ سیر۔ گھی ایک روپے کا دو سیر۔ دودھ تین  
پے سیر تھا۔

اس وقت ملک میں کتنی دولت تھی

چٹانچر سلطنت منلیک کے عہد میں نادر شاہ کے حملے کے وقت  
دہلی کی زر خیزی کا نمونہ اس رقم سے پیش کرتے ہیں جو نادر شاہ  
کو دی گئی تھی۔ اس سے دہلی اور ہندوستان کی مالی حالت پر روشنی  
پڑتی ہے۔ صوف دہلی سے محکمات اصحاب سے رقم اور شاہی  
خزانے سے جو حاصل ہوئی تھی، چون کہ دکر ڈر ۴۵ لاکھ ۶۵ ہزار روپے  
کی ہے:-

۱۔ اٹھ کر ڈر پچاس لاکھ روپے سرکاری خزانہ سے نقد

پندرہ کر ڈر روپے کے میرے جواہرات

پندرہ کر ڈر کا تخت طاؤس اور دیگر سامان۔

ایک کر ڈر پچاس لاکھ کا طلائع سامان

چار کر ڈر نواب آصف جاہ سے۔

دو کر ڈر ایک لاکھ دوسرے نواب سے بھینٹ

دو کر ڈر کا سامان جو نواب آصف جاہ کا تھا۔

دو کر ڈر مستر لاکھ روپیہ منظر فاضلہ وغیرہ سے

ایک کر ڈر روپیہ قمر الدین زریہ سے

تو لاکھ روپیہ الشدھاں داروغہ سے

دو لاکھ پچاس ہزار روپے لائے خوشحال چند پیشکار سے

دو کر ڈر شہر کے امرا و دوسرے

تین لاکھ پچاس ہزار شیخ سعد اللہ سے

تین لاکھ روپیہ راجہ ناگل سے

دو لاکھ پچاس ہزار روپیہ لالہ سیتا رام خزانچی سے

امرت سرور مصنفہ بھاکمل جی سینی۔ اگر آپ

ہیں تو اس ناول کتاب کا مطالعہ کیجئے۔ اس کتاب میں نہایت شیریں و دلکش  
قصوں کے سلسلہ میں سچے اطفال و دلچسپ کام جو ہر بھڑا ہوا ہے۔ یہ کتاب  
آٹھ سو صفحات پر مشتمل لکھائی اچھائی دیدہ زیب ہے۔

قیمت ۱۵/۶ روپے

ٹپے کا پتہ:- دفتر رسالہ ادم بازار انجیری گیٹ۔ دہلی۔



# تیرے لئے

از - شیری ساجن بھارتی

میرے بھگن میرے دل میں جا بگڑتی ہے  
پریم، شر و ہوا، ستم بھگتی کیا نہیں تیرے لئے؟  
جیبِ امان و گریباں آستین تیرے لئے  
غیسے دستِ جنوں کیا کیا نہیں تیرے لئے؟  
کون کس جس کے لگن من میں نہیں تیرے لئے  
کون ہے اُو خم نہیں جس کی جیس تیرے لئے؟  
خوشاں ہے محفلِ کوئین تیری ذات سے  
بنفِ فطرت میں ہے جیشِ یاقین تیرے لئے؟  
فصلِ گل کو مرحمت فرمائی کس نے زندگی  
کس نے کی گلزنگ اپنی آستین تیرے لئے؟  
اپنی بے پایاں محبت - اپنا ایماں - اپنا دیں  
نذر کو لایا ہوں چشمِ سر گیں تیرے لئے؟  
کس کے سجدے بنا یا آستان کو آستان  
کس نے ہر اک حکم پر کی خم جیس تیرے لئے؟  
ماہِ داختم، لالہ و گل - رنگ و بو، کیف و نمو  
کونسی شے مضطرب رہتی نہیں تیرے لئے؟

کل جو تیرے آنسوؤں پر تھے تبسمِ زیرِ لب  
آج ساجن وہ بھی ہیں اندو گیں تیرے لئے؟

ماگھ مہم (بعہ ہندی ترجمہ) قیمت ۸/۲ روپے  
مارکنڈے (بعہ ہندی ترجمہ) قیمت پانچ روپے

پابنجلی لوگ شاستر (بعہ ہندی ترجمہ)  
چارمہ صفحات کی ضخیم پستک قیمت ۸/۵ روپے

لیکھک

# ادھیانم واد

## شری چن رام دھیان ایم اے بی ٹی

سناسادھارن بھی دلانش یہ سب پر یونین دیکھ کر بھی کھن  
بھر کے اس سکھ کی اوجھوتی سے پریت ہو کر اندھا دھند  
کوٹھ کے بل کی طرح رات دن دہی چکر لگاتا رہا اور ساقہ  
ہی اس کے ناشوان روپ سے بھتے بھیت ہو کر دیوگ  
کی جوالا میں دن رات جلتا رہا۔ جس بھی پرانی پر اسے سند یہ  
ہوا کہ وہ اس کی سکھ پر اپنی بادھک ہے۔ اس سے سر  
بھٹول کرتا رہا۔

ساکھید شاستر میں لکھا ہے کہ جب پر کرتی کے  
تینوں گنوں ست نرج اور تم میں دھمتا آتی ہے تو یہ نام  
دوب آتمک جگت ہوتا ہے۔ من سمان کی بدھی میں بھی  
ان تین گنوں کے کامل دھمتا آتی۔ جہاں ہندی دھی لوگ  
سنسارک وستوں کے چھین سروپ کو دیکھ کر بھی اس کے  
موجود میں چھین کر لگتا رہتا جہاں متروہی دور لگاتے رہے کیونکہ  
انھیں ان سنسارک پداختوں کے علاوہ شانتی پر اپنی  
کا اور کوئی مسخاں دکھائی نہ دیتا تھا۔ وہاں ان سے کچھ ادھک  
دھیان منش اس لگاتا رہا نام دور سے تنگ آکر اس نتیجے

پر پہنچے کہ بھی اندر یہ گوچر جگت پر یونین شیل ہے اور اس کا  
سجوج کچھ کھن ہی رہنے والا ہے۔ چاہے ہم بھول کی سند  
کو لہج پر پڑی ہوئی بوند کی طرح اپنے آپ کو وہاں بھٹائے  
رکھنے کے لئے کتنی بھی دھرتا سے موہ لوی اُن گلیاں جگاڑ  
دیں پرتو سورج کی پرچند دھوپ اور ہوا کی نہریں ہمارا اس سے  
سجوج کوڑ کر ہی دم لیں گے، دوسرے شیلوں میں موت کا بھ  
سارے سنسارک پداختوں کے بھوگروں کے منہ کو کرکرا  
کر دیتا تھا۔ ان لوگوں نے سکھ سجوج کے اس سہری پردے  
کے پیچھے دیوگ کا سانپ کٹھنی مارے ہوئے دیکھتا ہ  
انہوں نے دہرتی پر کے کھن بھنگ پداختوں سے مشہور کر  
کسی ایک رس وستو کی کھوج کرنا شروع کیا۔ ان کا دھیان

سنسارک پداختوں میں سچے سکھ کی کھوج میں ناکام  
دور لگا کر منش کے من میں جو پرتی کر یا ہوئی۔ اس کا نام ہی ادھیانم  
واد ہے۔ سنسارک پداختوں کے ہر دن کے بدلنے والے اور  
چھین روپ سے تنگ آکر منش کے من کا بھی اکیات امنت  
کی اور جھجک جانا سبھاوک ہی تھا اسلئے اگر بھوتک وادی  
لوگ ادھیانم واد کا یہ کہہ کر محول آدا میں کرے سنسار کے بھرش  
سے ہارے ہوئے منوں کی بیاہ ہے تو اسے بھی سولہ آنے  
غلط نہیں کہا جاسکتا۔ پر ہم پر اسے آج تک منش سے سکھ کی  
تلاش میں ہے منش کی ساری بدورتوں کا کش ایک مان بھلا ہے  
اس کی پر اپنی کے لئے وہ دھوکا بھی آدا میں کرتا ہے اور لگے  
آپ کو انیک سنگٹوں میں ڈالتا ہے۔ اسے سکھ کی پر اپنی  
کی آتش ہی کسی اکیات ستھان سے اسے سبھی سنگٹوں کو گرہن  
کرنے کا حوصلہ بڑھاتی ہوتی ہے۔ اگر بھادی سکھ کی یہ آتش کرن  
اس کے آدھے نہ آئے تو زندگی کا پرل اس کے لئے کاٹنا  
کھن ہو جائے، سچے سکھ کی پر اپنی کی دور میں جو بھی رکاوٹ  
اس کے راستے میں آتی ہے۔ یہ اس کے دور کرنے کی پوری  
دوری کوشش کرتا ہے۔

سکھ کی اس نادیدہ گلیا ساسے پریت ہو کر آدھی  
مالو نے اپنے ارد گرد کے سنسارک پداختوں میں آتم شانتی  
کی پر اپنی کی کھوج کی۔ بھرتوں اور بھرتوں کے سندھ رگیت  
منہ پر کدل و متھوں کا سپریش پر تہوں ندیوں بانچوں کے سندھ  
دھشید و انیک سواد مشط بھو جنوں کا رس۔ کدل بھوٹوں کی  
دھرت گندھ اس گلیا ساسا کو شانت کتنی سی پریت ہوئی۔  
لیکن اس کے اسچو یہ کی حل نہ رہی جب ان قند سپریش روپ  
رس گندھ کا سجوج کھن بھر کے لہدی دیوگ کا دھوکا لگتا  
اور اس کی پیاس کو شانت کرنے کی بجائے اور بڑھانے  
لگا۔ لہنت کی سندھ تا کچھ پیچھے اس نے پت جھڑکا اٹھا اس



# میلہ پریاک ادھ کنبھ اور بھارت سادھو سماج

گزشتہ سے پورے

از قلم سوامی گیانا نند جی دہلی

گر ہستی سدا چاری ہوں گے یہ ممبر شپ سے نہیں ہتی  
گر ہستیوں کو ممبر شپ میں لا کر سادھو سماج نے  
ایک اعلیٰ قدم آگے بڑھایا ہے کیونکہ سادھو اور  
سدگرہ مہنتی کا گہرا سمبندھ ہے۔ سدگرہ مہنتی اگر سادھو  
سماج کے ساتھ ملحق ہو جائیں گے تو آئندہ میں اچھے  
گرہ مہنتی اپنی عین گرہ مہنت آؤ بھوک کر سادھو مانگ  
پر چھنے کی پرہیزگار اس مانگ کی رد نفی بڑھائیں گے  
اور ادھیا تک دیا کو جبوت رکھنے کا سادھن  
بنیں گے۔

مزید ترسیم کی گئی کہ جو مونا جائز آمد غیر واجب  
حلین اختیار کریں گے وہ ممبر شپ سے ہٹائے بھی  
جاسکتے ہیں۔ مہان سستی کے ممبروں کی تعداد وغیرہ میں  
بھی ترمیمات کی گئیں۔ ۲۵ ممبران کو پردھان اس  
کمیٹی پر نامزد کریں گے۔ اور ۲۵ ممبران سادھو  
سوسائٹیوں کی جانب سے مقرر کئے جائیں گے  
اور ۱۵ ممبران ملک کی سنا کھاؤں کی جانب سے  
مقرر کئے جائیں گے۔ یہ کمیٹی ۲ سال لگاتار مقرر ہوگی  
بھارت سادھو سماج کے مندرجہ ذیل افسران  
ہوں گے۔ ایک پردھان۔ ایک ورکنگ سبھائی  
پانچ نائب پریڈیڈنٹ ایک اور تین سیکریٹری  
ہوں گے۔

اس دفعہ بھارت سادھو سماج کی جائیدادوں  
کے سنبھالنے کے لئے ایک ورکنگ ٹرسٹ بورڈ  
بھی مقرر کیا جائے گا۔  
مجھے یہ بات خاص طور پر بتلانی ہے کہ آہستہ

بھارت سادھو سماج اور بھارت سیکر سماج  
کا کیمپ اکٹھا تھا۔ چونکہ یہ دونوں منتھائیں آپس میں  
سنگٹھت اور حامی ہیں ان کے کھانے کا انتظام  
بھی اکٹھا تھا۔ ۲۴ اور ۲۸ جنوری کے روز بھارت  
سادھو سماج کی خاص کانفرنس بلائی گئی تھی جس میں  
بھارت سادھو سماج کے پریڈیڈنٹ دیدانتی رام  
پراختہ واس جی اجودھیا سے آکر بھارت کر رہے  
تھے۔ شری گلزاری لال نندہ منسٹر لیسر اور ایمپلائمنٹ  
گورنمنٹ آف انڈیا جو کہ مشاوری کمیٹی کے چیرمین  
ہیں خاص طور پر شامل ہوئے۔ دیگر ممبران بھارت سادھو  
سماج، جندیشی، مہنتان اور ویراکی اور اسی اور  
دیگر سیکر وائوں کے سادھوؤں نے شمولیت کی۔  
اس ٹیگ میں ایک خاص پروگرام کے تابع  
پردھان Comsatention میں ترمیمات  
کی گئیں جس کی تصدیق کے لئے ایک ماہ کے اندر  
تابع قانون رجسٹریشن ایک خاص ٹیگ دہلی میں بلائی  
گئی ہے۔ یہ ریزولیشن مندرجہ ذیل قسم کے تھے (۱)  
پردھان میں لازمی ترمیمات جس کے تابع بھارت سادھو  
سماج کے افسران کی بھارت کو سنڈوھن کیا گیا۔ یہ پریڈ  
حصہ ہے۔ دوسرے حصہ میں سادھوؤں کی مرابا  
کے مطابق دیش کی مالی اور سوشل شجاہت میں سادھو  
کی مابھی امداد کا ہونا۔ ممبر بھی تین قسم کے بنادئے گئے  
اول سادھان سدا چاری سادھو۔ گرہ مہنت بندھن  
سے مکنت ہو۔ دوم سوسائٹی بطور ممبر جو دھانک  
کاربوں میں لگی ہوئی ہے، سوم سبھ لیک ممبر یہ ممبر

آہستہ بھارت سادھو سماج کی ترقی کے راستے سے روکا دینے کے لئے جاری ہیں مگر تو بھی بھارت سادھو سماج کے ممبران کی طرف سے مزید سہہ یوگ اور امداد کی ضرورت ہے۔ منڈلیرڈول، مہنتوں، اور تعلیم یافتہ سادھوؤں کو خاص کر یہ بات ذہن نشین کرانی ہے کہ بھارت سادھو سماج کے کامیاب ہونے میں ہی دھرم کی دلکشا، دلش کی سیوا، اور سادھوؤں کے گتھیوں کا کلیان ہے۔ اگر دھرم ہے تو دلش ہے۔ اگر دلش ہے تو دھرم قائم رہے گا۔ بھارتی تاریخ اس کی تائید کرتی ہے۔ اس کے ورق الٹ کر ذرا غور کریں، اسووم ناخفہ

کامندر کیسے گمراہ کیا۔ کاشی میں وشو ناتھ کا مندر گر کر مسجد قائم کی گئی۔ کیا کیا ظلم دھماکے گئے۔ اور دھرم کو نیچے گمراہ کیا گیا۔ اگر دھرم قائم رہتا تو آج ہندوستان کا ہزارہ نہ ہوتا۔ دو قوموں کی تخلیقی قیادت نہ ہوتی۔ اب بھی ایک دوسرے سے علیحدہ ہونے کے لئے کبھی بھارتی مراہٹی اور کبھی گور کبھی ہندی کے نام پر ریاستوں کے ہمارے ہوتے ہیں۔ ہند دھرم کے نتیجوں سے یہ التماس ہے کہ وہ اپنے ذاتی سیمبر ڈاک اختلافات کو ایک طرف بالائے طاق رکھ کر دلش کی رکشا کے لئے کمر بستہ ہو کر دھرم کا جھنڈا بھارت سادھو سماج کے

## حضرت عیسیٰ کا پیغام

انٹرنی فٹ حید نسیم

دنیا کے اکثر ملکوں میں کبھی کبھی ایسے اوتار، پیغمبر، نبیا پیش آتے ہیں۔ انہیں گورو، پیدائش دہتے رہے جن کا نصب العین انسانوں کو سیدھی راہ پر لانا ہے۔ اسی صف میں حضرت عیسیٰ، بھی مشربک تھے موجودہ زمانہ میں ان کے پیروکار کروڑوں کی تعداد میں پائے جاتے ہیں۔ لیکن انہوں نے انہوں پر ایک عجیب دعویٰ پیش کر کے تمام دنیا کو سخت اچھے میں ڈال دیا ہے کہ حضرت عیسیٰ کبھی پیدا ہی نہیں ہوئے تھے، یہ دعویٰ کہاں تک سچ ہے۔ مورخین اس کا فیصلہ کرتے ہی رہیں گے۔ تاہم یہ ایک مسلمہ حقیقت ہے کہ انکی مشہور معروف تعلیم اور پیغام نہایت شاندار اور قابل قبول تھا۔

مادر مریم کے ہاتھوں نے منوارا تھا اسے مفطرب روحوں نے جب منکر بکا رہا تھا اسے جس نے الفت کی دنیا چاروں طرف پھیلائی تھی اسے تو قیر ہر طبقے میں اس نے پائی تھی جس کے پیغاموں کا گاندھی بھی علمبردار تھا آئین ہادر کے بیاں میں بھی یہی اظہار تھا

۱۔ کیوں نہ تازہ ہو اٹھے پھر حضرت عیسیٰ کی یاد امن کی دولت ٹٹائی۔ شاد عالم کو کیا ۲۔ گو نہاں اپنی نگاہوں سے ہوا وہ آفتاب گو تم اور نہاں کے خوابوں کی وہ تعبیر تھا ۳۔ اس پیغمبر کو پھیلائی کس طرح اہل خباں آج بھی انہو کے ہاتھوں اسکا روشن بحرِ حیات

(۷)

ساری دنیا پر رہے گا۔ تا ابد وہ صندوقِ حق کو یہ ہے۔ ہند کے ریشوں کا تھا وہ جمال

الغرض پیغام عیسیٰ تھا۔ پیام بے نظیر اس کے جو فرمان تھے سچے وہ فرمانِ خدا



# اوم ست سنگ

دیوان پند پیداس چوڑی ہے

اوم کے پرمیوں کی سیوا کے لئے یہ سلسلہ سوال جواب شروع کیا جاتا ہے۔ کسی پریمی کو کوئی دھارمک سوال درپیش ہو تو وہ مختصر لفظوں میں کچھ کر تجھے بھیجیں۔ اوم کے صفحات میں برابر ہر سوال کا جواب درج کر دیا جاویگا۔ خاص طور پر دیدانت کے سدھانت کے متعلق کوئی امر و ضاحت طلب ہو تو ضرور تحریر کریں۔ میں اوم کے ہر پریمی کی رہنمائی میں راحت محسوس کروں گا۔ فی الحال رام پال جی نے چند ایک سوالات بھیجے ہیں۔ ان کے جوابات اس پرچہ میں درج کئے جاتے ہیں۔

سوال :- جب اتما امر ہے۔ اس کو کسی پرکار کا کدھ سکھ کا اتو بھو نہیں ہوتا۔ تو موت کے بعد بشر تو راکھ ہو جاتا ہے۔ اور اتما امر ہے۔ پھر اگلے جام میں راجو کر موں کے اوسار ملتا ہے (تو سکھ کدھ کس کو بھوگنا پڑتا ہے۔

جواب :- موت کے بعد بشر تو راکھ ہو جاتا ہے لیکن انہ کرنا کرنا تو ناش نہیں ہو جاتا ہے۔ یہی ارنیہ کرنا اپنی پرکرتی کے اوسار نئے مادی ذرات کو کش کر کے پھر ان کو بشر کی صورت میں اختیار کرتا ہے اور یہی بشر پھر بھو جنم کے کرموں کے نتیجہ کو بھوگنا ہے گویا ایک جنم کے کرموں کا تمام نتیجہ انہ کرنا کی صورت میں دوسرا بشر پر دھارن کرتا ہے۔ سادھارن عقل اس حقیقت کو سمجھ نہیں سکتی ہے کہ کس طرح ایک بشر کے فٹ ہو جانے کے بعد انہ کرنا کرن یعنی من کی کرناں قائم رہتی ہیں۔ لیکن یہ امر ایک حقیقت ہے جو موجودہ مانسک و دیا (سائیکا لوجی) کے ماہر بھی اب تسلیم کر رہے ہیں۔

سوال :- کیا اوم کے جاپ کا حق صرف سنیاسی کو ہی حاصل ہے۔ دنیاوی لوگ اس کا جاپ نہیں کر سکتے ہیں؟

(جواب) ہاں۔ اوم کے معنوں پر چار یا اوم کا

سوال :- کہتے ہیں کہ اوم کا جاپ عورتوں کے لئے منع ہے۔ اس پر روشنی ڈالیں۔

جواب :- میں نے آج تک کسی شاستر میں یہ نہیں پڑھا ہے جہاں آپ نے پڑھا ہے آپ اس شاستر کے لفظوں کا حوالہ دیں تاکہ ان لفظوں پر مناسبت دیا جاسکے باقی یہ بات کہ کئی لوگ ایسا کہتے ہیں، عوام میں تو کئی باتیں مناسبت و غیر مناسبت زبان زد خلایق ہیں، عوام کے خیالات و افکار کا معیار نہیں ہو سکتے ہیں۔

سوال :- ایک دیوی جی نے مجھ پر سوال کیا کہ جب کدھ سکھ کر موں کے اوسار ہوئے ہیں۔ تو پھر بہار کے علاج کرانے کی کیا ضرورت ہے۔

جواب :- کیا علاج کرانا کر م نہیں ہے۔ ظاہر ہے کہ کرموں کا کوئی نتیجہ دوسرے کرموں کے اوسار کا ہے

بھی دھار مک اہمیت نہیں ہو سکتی ہے۔ اوم کا حلقہ ست سنگ اپنے پریوں کی رو حانی یا دھار مک رہنمائی کے لئے ہے۔ لہذا ہمارے بری اپنے سوالات صرف دھار مک و شیوں تک ہی محدود رکھیں۔ اور جہاں تک ہو سکے سوالات تحریر کر کے میں اختصار سے کام لیں۔  
(نپلی داس)

کاٹا ہی جاسکتا ہے۔ مثال کے طور پر میں کھانا نہیں کھاتا ہوں۔ اس کرم سے مجھے بھوک لگتی ہے اب میں کھانا کھا کر اس کرم کے نتیجے سے بچ سکتا ہوں اسی طرح سے علاج بھی تو ایک کرم ہے۔ اس کرم سے میں پھپھے کرموں کے نتیجے (بیماری) سے نکل سکتا ہوں۔ بات تو بالکل صاف ہے۔  
(نوٹ) شریمان مغل چند جی نے عبثی سے چند سوالات بھیجے ہیں۔ ان کے متعلق کوہیلن ہے کہ ان سوالات کی کوئی تالیفی اہمیت تو ہو سکتی ہے لیکن ان کی کوئی

## از حکیم ریکل داس جی مضطر

(نوٹ) یہ نظم رسالہ اوم ماہ ستمبر ۱۹۸۶ء میں شائع ہوئی تھی اب حسب فرمائش مسیئر نشورام ایڈیٹر مشرق دو بارہ شائع کی جا رہی ہے۔ (راپیٹر)

## ختم

وہ روز یقیناً آئیگا جب ہونگے سب اذکار ختم  
کیوں اُلفت اور عداوت کے جھگڑا مل میں چھنس گیا تو  
بے زر انسان سے کرتی ہے سرمایہ داری کیوں نفرت  
کیوں اُلٹی پھوٹی رکھ سر پر رفتار کبک کی جھنکا ہے  
اے نڈک بوس ایوانوں میں رہنے والے یاد رہے  
یہ ماہ لقا، یہ آہو چشم، یہ دردندان یہ سیم بدن  
عاشق مشوق پہ مڑتا ہے، اُلفت کا دعویٰ کرتا ہے  
اذکار ختم، تکرار ختم، انکار ختم۔ افسار ختم  
طاثر روح کی پرواز پہ پھر سب پیار ختم تکرار ختم  
سرمایہ زندگی لٹنے پر بے زر بھی ختم زردار ختم  
جب کال شکاری آہنچا۔ دستار ختم، رفتار ختم  
جسم شمشان میں جائیگا۔ یہ وہ بھی ختم دیوار ختم  
اکدن یہ زگی چشم ختم۔ لب مٹوڈی اگلو رخسار ختم  
بالآخر دعویٰ ختم، دعویٰ بھی ختم۔ دیوار ختم



ان رنگ بڑنگی پھولوں پر اے بلس نادان ناز نہ کر  
 عاید عالت، زاهد، عاشق، ہنتمفر اور مست کہ یہ سب  
 گیانی۔ دھیانی، جوگی، بھوگی، جنگم، نیسی، موئی، دئی  
 یہ قاتل ہے، مقتول ہے یہ، یہ عامل ہے، ممول ہے یہ  
 یہ عابد ہے، مسرور ہے یہ، یہ فاسق ہے، مقمور ہے  
 اے شاہِ زمن یہ ناز تیرا شاہی کا سارا بیجا ہے  
 بھائی، عورت، ماں باپ، سپر چاچا تایا پیاری دختر  
 کوئی مست کوئی متوال ہے، کوئی گور ہے کوئی کالا ہے  
 ہو جائے گا دور خزاں میں یہ گل خندان ختم۔ گلزار ختم  
 الفاظ کے جھگڑے میں ورنہ مومن کا فردیندا ختم  
 چند روزہ عامل ہیں سارے انجام میں سب کدہ ختم  
 اک روز یہ مجرم، مجرم، سزا کی ہوگی سب تکرا ختم  
 نیکی کا دعویدار ختم۔ بدکاری کا افسار ختم  
 تجھ جیسے لاکھوں شاہ جہاں ہو گئے سلطان مر ختم  
 ان سب کی محفل ہے شب بھر سوچ نکلا پر ختم  
 وہ دن بھی آنے والا ہے بے رنگ بھی ختم رنگدار ختم

اے مضطر بحر جہاں کی یہ رنگین لہریں ہیں بے پایاں

پس کر اپنے افکار ختم۔ پس کر اپنے اشعار ختم

اے حج ذکر، اے محل، اے چاند جیسا چہرہ یعنی خوبصورت اے ہرن جیسی آنکھ والے اے موتی کی طرح دانت والے اے  
 چاندی کی طرح جسم والے اے بھگت اے گیانی اے نیک اے گنگار اے اقرار کرنے والے یعنی آستیک  
 ۱۲۰۔ انکار کرنے والے یعنی ناستیک اے گنگار اے اذنی یا ترک کا اداکاری۔ اے جس طرح رات بسر کرنے  
 کے لئے پرندے کسی درخت پر جمع ہو کر سوچ نکلتے اڑ جاتے ہیں۔

اگر آپ دنیاوی تفکرات، کشش اور ترو سے بلند ہو کر آئندگی زندگی بسر کرنا چاہتے ہیں (۱۲) دنیا داری میں رہتے ہوئے بھی کنول  
 مہپول کی طرح نریب رہنا چاہتے ہیں (۱۳) اپنے من کو ہر وقت شانت رکھ کر پھوپھو پریم میں مگن ہونا چاہتے ہیں تو سری کھنٹی  
 صاحب حصہ اول مجر تہ تشریح از حکیم دیکل داس مضطر مطالعہ فرمادیں۔ صفحات ۱۰۷ و ۱۰۸ حد فیت ایک روپیہ علاوہ ایک  
 مانے کا تہ:۔ حکیم گل داس مضطر شفا خانہ کلید صحت کنبورہ۔ ضلع کرنال۔  
 فرج ۱۲

# مہاراجہ گوپی چند

از قلم

پندت و شنودت ہی

گئی۔ بولی۔ کیوں تم لوگوں نے یوگی کو گھیر رکھا ہے بھکش  
دو۔ اور جاتے۔ داسی، میچے آئی۔ یوگی سے بولی۔  
مہاراج آپ کہاں رہتے ہیں۔ یوگی بولا دیوی سادھو  
تو رہتے ہوئے ہیں۔ ان کا کوئی ٹھکانہ نہیں ہوتا اور  
سب جگہ رہتے ہیں۔ دیوی بھکشادو۔ سادھو توں  
سے زیادہ بات چیت اچھی نہیں ہوتی۔ یوگی مہاراج  
آئی۔ بولی مہاراج آواز اور شکل سے  
تو میرا بیٹا گوپی چند معلوم دیتے ہیں۔ یوگی نے کہا۔  
ماتیشوری سنسار میں ایک دوسرے کی شکلیں ملتی  
جاتی ہیں۔ یہی تو پرمانن دیوی عجیب رہتا ہے۔ آپ  
سب ہماری مائیں ہیں اور ہم سب کے پتر ہیں مگر  
سچی پتا دہی جگت ادھار پر بھجوا ہے۔

جنگلوں بیابانوں، صحرائوں اور پہاڑوں سے  
گھومتا ہوا ایک رعنا یوگی ایک بڑے راجہ کی راجدہانی  
میں پہنچا۔ رات شہر سے باہر ایک درخت کے نیچے  
نسری۔ صبح ہوئی یوگی اٹھا۔ اور رخ حاجت وغیرہ  
سے فارغ ہو کر اشنان کیا اور ایک چھوٹی سی ندی  
کے کنارے بیٹھ کر یاد الہی میں محو ہو گیا۔ تیسوی یوگی کے  
چہرے سے خدا الہی برس رہا تھا۔ بعد میں اس نے ایک  
نہایت منور پر بھجوا دیا۔ جس سے ندی کی اُچھلتی  
پانی ہر دل پر سکوت طاری کر دیا۔ وہاں سے اٹھ  
کر شہر کی طرف روانہ ہوا۔ مٹی کو جوں میں اکھ جگتا  
اور بھیک مانگتا ہوا۔ مہاراجہ کے محلوں میں جا نکلا  
وہاں بھی اکھ جگتا۔ رانیاں اس کی دلکش آواز سن  
کر دوڑ آئیں۔ داسیاں اور گرد و جح ہو گئیں۔ اور  
سرگوشیاں کرنے لگیں۔ ایک بولی دیکھ رہی یہ یوگی کیا  
جوان اور خوبصورت شکل ہے۔

یوگی مہاراجی بولی۔ یہ ستیہ ہے اور نند بہ ستیہ ہے  
کہ اس کی مایا مڑی وچتر ہے، مگر آپ کو دیکھ کر مجھے  
دودھ اتر آیا ہے دبا ہوا متری پریم اکھریا ہے مہاراج  
جن اکھوں نے پریم بھری نگاہوں سے برسوں ہی  
دیکھا کبھی دھوکا نہیں کھا سکتیں۔ جن لبوں نے پتر  
پریم میں ہزاروں بار اس مکھ کو چوما۔ وہ سرگرم قبول  
نہیں سکتے جس جھاتی کا وہ دودھ پلایا وہ پتر فریب  
نہیں ہو سکتی جس گرجہ میں وہ کراپ نے نواہ پرورش  
پائی۔ وہ جھوٹا نہیں ہو سکتا۔ جو ہاتھ ہزاروں بار  
نشہقت سے اس سر پر پھرتے رہے۔ وہ ہرگز

دوسری ایسی الیاد کھاتی دیتا ہے۔ جیسے ہمارے  
مہاراج ہیں۔ تیسری۔ تو پوچھ لو۔ اس میں ہر جی کیا ہے  
پہلی چلو۔ مہاراجی جی سے عرض کرتی ہیں۔ ایک اور  
آئی۔ بولی میچے ایک یوگی کھڑا ہے۔ اس کی شکل ہاتھ  
مہاراج جی سے ملتی جلتی ہے۔

رانی سرور اہ بھگوان! اری مٹی۔ پرماننا جانیں  
وہ کہاں ہیں۔ ان کو تو گئے ہوئے بارہ برس ہو گئے  
ہیں۔ کبھی بھول کر بھی ادھر نہیں آئے۔ میری ایسی قیمت  
کہاں۔ کہ ان کے درشن ہوں۔ اتنے میں سانس بھی آ



سے کہتی ہوں میں نے کہا کہ کھانا لذیذ اور مرغی کھایا کرو۔ اس کے معنی یہ ہیں کہ جب تک بھوک نہ لگے۔ اپنا وقت بچھن یا بچھن اور دم بچھن میں گزارا کرو۔ بھوک لگنے پر اگر سخت سے سخت چہرہ بھی کھاؤ گے۔ تو وہ امرت کے سمان بھل دے گی راض کے سامنے بڑے بڑے اچھے کھانوں کی کچھ حقیقت نہیں رہتی۔ اس سے بڑھ کر لذیذ اور مرغی غذا اور کوئی نہیں ہو سکتی۔

یہ سچ ہے۔ بقولیکہ سہ سہی تہی کھائے کے تو مٹھدا پانی پی نہ دیکھ پرانی چوڑی نہ ترسائیں اپنا جی دوسری بات علامہ اور نرم بسترول کی بابت ہے اس کے یہ معنی ہیں جن تک نیند نہ آئے تب تک اپنے پر تپم پر بھوک کی یاد میں ممکن نہ ہو۔ پرشار پتھر اور پر مار پتھر سے کام لو۔ البتہ رو کی کل کامنات سرسٹی کی بنادٹ اس کی ابتداء اور اس کی آخر کس طرح ہے۔ اس پر وچار کرو۔ جب میں تپ میں اپنا وقت گزارو۔ سنار کے سدھار اور دہنوں اناحقوں کے ادھار پر غور کرو۔ تراکار پر ماتما کی ایسا میں جت لگاؤ۔ پر بھوک بھگتی میں ایسے اولین ہو جاؤ۔ کہ دنیا مافہا کی خبر نہ لگ نہ رہے۔ گھنٹوں نہیں بلکہ دن رات اس کی ہی ارادہ میں لگے رہو۔ جب نیند غالب آ جائیگی تو اگر پڑھا لکھو اور کسکروں بھقروں پر بھی لیٹ جاؤ گے۔ تو اس غصب کی منبھی اور پیاری نیند آئے گی۔ کہ شہنشاہوں کو بھی وہ نصیب نہیں ہو سکتی وہ خارا دلا چھاری وہ نوکیلے اور سخت کنکر بھقروں میں لگیوں اور غالیوں سے بھی زیادہ راحت جان محسوس ہوں گے۔ تیسری بات سنگین قلعہ کی ہے جس کے یہ معنی ہیں کہ من بڑا چنیل ہے جو کسی طرح بھی قابو نہیں رہ سکتا۔ ہاتھی کو زنجیروں سے جکڑ سکتے ہیں۔ لیکن یہ جکڑا بھی نہیں جاسکتا۔

بے یقین نہیں ہو سکتے۔ آؤ۔ آؤ مہاراج سنگھاسن شاہی پر بیٹھو۔ یہ کہتی ہوئی۔ لوجوان رانی اندر سے آتی جس کو دیکھ کر لیلی کی گردن جھک گئی۔ بولا۔ جلدی کر دیکھنا دینی ہے تو دو، نہیں تو سادھو جانا ہے۔ پورھی رانی نے کہا۔ کیوں اتنی جلدی۔ کیا استری پریم جو ش پر آگیا۔ جو اپنی کمزوری چھپانے کی خاطر جانے کا ارادہ کیا ہے؟ افسوس بھی سنگین قلعہ میں رہنے کی ضرورت ہے۔ جہاراج اگرچہ آپ سادھو ہیں۔ اور ہم گہرستوں سے اچھے کوئی پر ہیں مگر آپ کو کچھ اپدیش دینے کا حق ہے کیونکہ سادھو کے دلی جذبات کو مینا وندی تاڑ گئی تھی۔ کہ اس کا چنیل من استری پریم میں دوبا جا رہا ہے۔ اور ستیہ مارگ سے بھرتی کی طرف آنے لگا ہے تب اس نے یہ کہا کہ ابھی سنگین قلعہ میں رہنے کی بہت ضرورت ہے لیلی گوی چنید حیران ہو گیا۔ بولا مانا یہ کیا؟ آپ ہی کے اپدیش سے میں نے گہرست کو چھوڑا۔ عیش و آرام پر لات ماری سخت شاہی اور سنگین قلعوں کو تلا جی دی اور اب پھر مجھے اسی گڑھے میں گرنے کو کہتی ہو۔

مینا وندی نے کہا۔ ابھی آپ نے میری باتوں کو نہیں سمجھا سنا اور غور سے سنو، میری بین باتوں کو ہمیشہ یاد رکھنا راج کھانا نہایت لذیذ اور مرغی کھایا کرو (۲) نرم سے نرم اور ملائم سے ملائم بستر پر سویا کرو (۳) سنگین سے سنگین قلعوں میں رہا کرو۔

گویی حبت :- ماتیشوری یہ کیا آپ میرے لئے مایا حال بچھا رہا ہو۔ جب میں تپاگ چکا ہوں۔ تو پھر گہرین کر کے اس سادھو چولے کو بدنام کر دوں گا کیا کہے گی۔ مینا وندی :- سنو! میں اس کو ذرا وضاحت

اگر چہ نخل میں نے دنیا میں بڑے بڑے اُپر رو کئے ہیں  
جیتوں جیتوں کی سالوں کی محنت کو بھیج بھر میں تباہ  
کر دیا۔ ہاں ایک طریقہ ہے جس سے یہ من اسٹھڑہ  
سکے وہ یہ کہ تھینے اپنے سے بڑوں و دوالوں، پوگیوں  
جیتوں، جیتوں، برہنچا ریل اور پرشیوں کے ست  
سنگ میں اور شہر و چاروں میں اپنا جیون و تبت  
کر دے۔ اس سے بڑھ کر دنیا بھر میں کوئی مضبوط اور  
سنگین قلعہ نہیں ہے۔ جو اینٹوں اور پتھروں کے

قلعہ دنیا میں بنے ہوئے ہیں۔ وہ توپوں سے و دیگر  
اسلحو جات سے تباہ ہو سکتے ہیں۔ لیکن اس ست  
سنگ کے قلعہ پر توپ وغیرہ کوئی اثر نہیں کر  
سکتی نہ ہی یہ فنا ہو سکتا ہے۔ نہ ہی اس ست  
سنگ کے قلعہ پر کام کر و دھ موہ، لوبھ و غیرہ حملہ  
کر سکتے ہیں۔ اس لئے میں چاہتی ہوں کہ آپ بھی ایسے  
ہی سنگین قلعہ میں رہو۔ مہاراجہ گوبی چند جو سادھو ہو کر  
عرصہ دراز کے بعد مانا کے درشن کرنے آیا تھا مانا سے

# پر سدا مال

کوئی لوک ناتھ دل

بھارت کے اتھاس کی ہے یہ پریم بھری اک کتھا پرانی

چھوڑ چھاڑ کر پر سدا مال تک تیل لکڑی کے چھیلے  
کوپ کا نرل جل پی لیتے کھا لیتے ہری چھال کے کید  
کبھی نہ دھرم تپنی کی سدھ کی کبھی بچوں کے کھیلے  
مالا جھولی بھئی بچولی رہتے تھے المست اکیسے

کچھ نہ کہتے کچھ نہ سنتے کرتے تھے اپنی من مانی

بھارت کے اتھاس کی ہے یہ پریم بھری اک کتھا پرانی

بن ارجیو کا جیون، چھیکا بن دیپک کٹیا اندھیاری  
ٹھنڈا چو لکھا سونا چونکا نرکھ نرکھ نشن دکھیاری

بچوں کا رونا سن سن کر ویا کل مہو کھ پیاس کی ماری  
بھٹی پورانی ساڑھی سے تن ڈھانپ ڈھانپ کے ابلاری

من سے کہنے لگی تپتی سے پریم سوشیل سوشیلارانی

بھارت کے



بیتی بڑا ناری کے کوچن کہتے کہتے بھڑ آئے (۳) پران پر یہ کی دیا کلتا سے وپر سدا ماں بھی اکلے  
چلے دوار کا کونینوں میں اشا کا سنسار لے لاکھی لوٹا ہاتھ میں لے کر نفل میں پریم کی بھینٹ دیا  
لگی چھلکنے نینوں میں بچپن کی سند یاد سہانی

بھارت کے اتہاس .....  
یاد آئے وہ سنگی ساتھی مل کر پڑھنے کھینے والے (۴) بھولی بیری پر یہ یاد سے من نے بلنبوں اچھالے  
آج دوار کا دھیش بنے میں کل جو تھے گوگل کے گوالے چتر شرونی چنیل نٹ کھٹ من کے اچھالے تن کے کارے  
لگی ناچنے سامنے اگر صورت وہ جانی پہچانی

بھارت کے اتہاس کی .....  
یاد آیا گورو کی آگیا سے ایندھن لینے بن میں جانا (۵) گھور گھٹاؤں کا گھر گھر کرانا اور بوندیں برسانا  
سردی سے دانتوں کا بھنا چوری چوری چنے چبانا پھر وہ ساتھی متر کے آگے یاد آیا جو کیا بہانا  
لگی گونجنے کانوں میں موہن کی مدھر منوہر بانی

بھارت کے .....  
مانو آیا کوئی تینگا دیپک اُجیار سے ملنے (۶) مانو آیا موریا نورا بھ کے گھن کار سے ملنے  
مانو کوئی چکور ہو آیا رجنی پتی پیار سے ملنے مانو آیا ہو کوئی نارا گنگا کے دھار سے ملنے  
مانو چلا آج پرانیشور تک بھٹول کا بچھڑا پرانی

بھارت کے اتہاس .....  
راج بھون تک جا پہنچا تو دوار پال سے پرانے (۷) کہا کہو مہاراج سے جا کر ملنے متر سدا ماں آئے  
ویکھ ویکھ کر دشارین کی سب یہ کہہ کہہ کر مسکائے راج کن ہو کر روی کی گودی چڑھنے کو دیکھو للچائے  
چلا سوٹم سرکار سے کہنے تھا جو دوار پال اک گیانی  
بھارت کے اتہاس کی .....

تن سوکھا کٹنگ پگ ماہیں پس پہ دھول بن رہی گئی<sup>(۸)</sup> جانی کے براہن نام سداں آپس ہیں ملنے کو آئے  
 سنتے ہی سب بدھ مھوئے چھوڑ سنگھاسن اٹھ کر دھا<sup>(۹)</sup> تن پیکا من پیار میں ڈوبا کٹھ سے کٹھ لگا کر نشاے

ادھروں پر مسکان منوہر نینوں میں جبر آیا پاتی

بھارت کے اتھاس کی ہے یہ پریم بھری اک کتھا پرانی  
 شول نکلے پکول سے پگ دھونے کو اثر وصل لائے<sup>(۱۰)</sup> کول کر مکلوں سے گل بن نے سوچہ نزل دستر پہنائے  
 اٹھی ترنگیں پریم سندھو میں کر ڈونا کر ڈونا پر آئے<sup>(۱۱)</sup> ٹوٹے مچھوٹے چاول پا کر مانگ مٹی رتن ٹٹائے  
 کہت کوئی دل بھی نہ جاتے۔ امر پریم کی امر کہانی

بھارت کے اتھاس کی

تیسری مٹھی دھالوں کی جو پدا کا ناٹھ کے منہ تک آئی<sup>(۱۲)</sup> کول کر مکلوں سے کسی نے پکڑ ہی لی سکمار کلائی  
 تر لوکی کی سمیٹی دے دی دو مٹھی دھالوں کی کھاٹی<sup>(۱۳)</sup> ایک مٹھی تو ہے دو اب ہے ایدو نندن ہے ایدو لائی  
 سکتا تے سکتا تے بولی ایدو نندن سے رکنی رانی

بھارت کے اتھاس کی

نرکھ نرکھ در شیم موگ رہ گئے جسو دانندن کنو کھائی<sup>(۱۴)</sup> رکا ہاتھ مہاراج ادھیراج کا پریم پرواہ میں یاد دھائی  
 سپنا پسین ہوا اک پل میں کھلتی کلی وہیں کلائی<sup>(۱۵)</sup> روکھ گئی بدھ بھری سنگھاسن بھاگ گئی شیش پوئی  
 پتھ سے بھٹک گئی رہیں دھارا ندیا کی ختم گئی روانی

بھارت کے اتھاس

دھنیہ دھنیہ ہیں کر ڈونا ہے ہندو کو سندھو نیا نوالے<sup>(۱۶)</sup> دھنیہ دھنیہ ہیں سمن کے اسخ میں لبنت در شاہے  
 دھنیہ دھنیہ ہیں راج کن کو روی کے سدش چکا نوالے<sup>(۱۷)</sup> دھنیہ دھنیہ ہیں کنیاں کھا کر مٹیاں کوئی لٹا نوالے  
 دھنیہ سداں سے سنتوشی دھنیہ گپت سر کرین سے دانی  
 بھارت کے اتھاس کی ہے یہ پریم بھری اک کتھا پرانی



ایک اور چھوٹا سار کن ایک اور پرت اتنی بھاری (۱۳) ایک اور اک جل کا بند و ایک اور سترامتواری  
ایک اور تیر بھون کے داتا ایک اور اک بھکاری ایک اور ہے دیر سدا مال ایک اور سر کپن ماری  
ایک اور اتنی سگھ کی گانتھا ایک اور دکھ بھری کہانی

بھارت کے انتہاس کی ہے .....  
وہ سواگت سنان ہوا جو سپنے میں بھی بھول نہ پائے رتن جٹ کنچن کے جھوٹے میں جھوٹے دن رات جھٹلے  
ادھ بھٹ اکھوٹن پہنڈے ریشمی شال دوشال اٹھا اترتے ریس بھر پدارتھ ایک تھال میں سنگ کھٹلا  
دودھ پلایا بھر بھر کر جب وپر نے مانگا منڈ سے پانی

بھارت کے انتہاس  
پر جب گھر کی اور چلے تو بالکل ویسے جیسے آئے (۱۵) اپنی پٹی سنگوٹی باندھے دھیر دھیر پاؤں اٹھائے  
چنتا کے گہرے ساگر میں اُبھر اُبھر کر غوطے کھائے جاتے جاتے من ہی من میں لاکھوں ریت کے محل بنا  
لے ڈوبا ہر بار انداز اپنی ندی کا بہتا پانی

بھارت کے انتہاس کی  
گھر پہنچے تو گھاس چھوس کی جھنڈ پڑی بھی دیکھنے نہ پائی (۱۶) جلمگ کرتے کنچن محل دیکھ کر اور نراٹ اچھاٹ  
اچھے گئے اور کچھ پانے پہلی بھی ہاتھوں سے گنوائی داد میرے متک کی ریکھا کپسا اچھا رنگ لائی  
اچھا ملن ہوا موہن سے اچھی ہوئی میری مہمانی

بھارت کے انتہاس  
دہر تپنی نے دیکھا محل سے اتنی تھال سجا کر لائی (۱۷) پوجا کی پر نام کیا اور کٹھ میں لپٹپ مال پہنائی  
بولی رانا تھے پدھارو اب تو پرسن بھٹے ہیں کرشن کھٹائی یہ سب کرپا افسیں کی ہے جو ہم دیون آج ہے چمپائی  
جب پریم کی کرپا ہوئی پریمی نے مہاں پریم کی جانی  
بھارت کے انتہاس کی ہے یہ پریم بھری اک کتھا پورانی

ملاپ اخبار کے انڈسٹریل ایڈیٹر شری پی این کشمیری کی ذاتی رائے  
 میں ایک کشمیری ہونے کے ناطے نہایت خوشی کے ساتھ اس بات کی تصدیق  
 کرتا ہوں کہ بھگتال دی مٹی جسٹ ڈکھاری باؤلی دہلی والوں کی تراز و مالکہ  
 بھگتال دی کشمیری مریح جسٹ ڈخالص اور شدھ مریح ہے۔ میں نے بازاروں میں  
 فروخت ہونیوالی تقریباً سب مریحیں استعمال کر کے دیکھی ہیں لیکن مجھے کسی مریح میں وہ خوبی نظر  
 نہیں آئی جو کشمیری مشہور سرخ مریح میں موجود ہے، قدرتی رنگت اور زبان کو لبھا نیوالا ذائقہ  
 کشمیری مریح میں موجود ہے۔ اس لئے میری چنتا سے پورا ٹھکانا ہے کہ وہ اپنی اور اپنے  
 پر یوار کی تندرستی کیلئے بھگتال دی کشمیری مریح استعمال کیا کریں۔ آپکا پی این کشمیری

## ویرسدا ماں صفحہ ۷۳ سے آگے

تب پر یوار سہت اس گھر میں ویرنے گیت ہر گھٹے ۱۸ دھنید باد نکلا پنج مگھ سے پگ ناچے اور ہاتھ اچھا  
 مھون کی نرکھ نرکھ کر شو بھامن مسکایا میں ہر شاہ جنم جنم کی کٹی غریبی یگ یگ کے مسکھ اٹ کے آئے  
 کہت کوئی دل پریم کی گانٹھا کیا جانے دنیا دیوانی  
 بھارت کے اتھاس کی ہے یہ پریم بھری اک کتھا دیوانی

دوہے جو یا نہیں الٹھ سہت  
 رقبائی قیمت ۸/۱۰  
 رسالہ "ادب" بازار انجیری گیٹ دہلی  
 تلخی گیت رامین  
 ماننے کا پتہ :-



اللقیہ صفحہ ۳۲ سے آگے  
دوبی شکتیوں سے سوز چھوڑا اندرادی کی ادھر کھینچا ہر دے  
میں ان سے تدریب ہونے کی خواہش تھی۔ ان لوگوں کے  
دوبی بھگوں کی دستانے انیک گیڈوں کی سرشت کی۔ ان لوگوں نے  
دوبی بھگوں کے لئے سناک بھگوں کے تیاگ پر ہی بلایا  
پرتو موت نے ان کا بھیجا نہ چھوڑا۔ اگرچہ وہ دوبی بھگوں سناک  
بھگوں کی نسبت دیر تک رہنے والے تھے۔ پرتو ان کا ایک  
دن انت مزدوری خفا کیونکہ وہ بھگوں کسی کرم کا ہی بھل تھے اور  
کرم کوئی بھی اسیم نہیں ہوتا۔ راکال کا بھید سوروہ بھید بھی تھا  
ہی ہے کیوں کہ سکھ کے ہزاروں برس بھی سنے کی طرح بیت جاتے  
ہیں۔ اور وہ کہ ایک گھڑی بھی برسوں کے سمان بھکتی ہے اس  
لئے یہ دوسری اس انجھن کو شکوہ نہ کی۔  
میں اپنے کرتا کی ہی تدریتی مودتی ہے۔ اس لئے اس نے  
محنت نہ ہاری۔ کچھ سوکھ نہ بھی مانو اس کھوج میں آکر رہے۔  
کہ وہ دھیل کر وہ دو دلوں میں مٹ گئے۔ ایک دن تو اسی اندر  
گوہر جلک کے بھیتیر کسی اکیات ستید کی کھونج میں لگ گیا  
اُس کی کوششوں کے پرینام سرورپ انیک وکیانگ چھکاروں  
کی سرشتی ہوئی۔ لیکن جوں ہی ایک سمیٹا حل ہوئی دوا درٹھ

گیں۔ اور شش اپنے کش سے انی دوا درٹی رہا مبنی  
برک پہلے تھا یا شاید یہ دوی اور بڑھ گئی ہو۔ ہاں اس  
کے جیون میں باہری چہل پل بڑھ گئی۔  
دوسرے دن نے سناک پدارتھ کے نام  
دوب کے موہ سے ادھر اکھ کر من سے ان کے تیاگ پر  
ہی مل دیا۔ باہری پدارتھ سے تنگ آکر انکی درشتی  
انتر کھ ہو گئی۔ وہ اس نتیجے پہنچے کہ سکھ کا ادھتھان  
کوئی اندر یہ اگر پدارتھ ہے۔ جو اس بہا میں دیا گیا  
ہو کر بھی اچھوتا ہے۔ اس سے تدریب ہونا ہی ادھیا تم  
واد کی انم گئی ہے۔ یہی پریم دھام ہے اور کھی امرت  
ہے چونکہ یہ انو بھوتی کا دتھ ہے۔ اس لئے انو بھوتی پرش  
اس کا تھیا رتھ دن نہ کر سکے اور کسی طرح یہ کہہ سکی  
چپ ہو گئے۔  
لکھا بھکتی کی ہے نہیں ملائی کی بات  
وہ لکھا دھن مل گئی بھکتی پری رات  
دشو کوئی جیگر کی نیچے لکھو کا تھا اسی اکیات  
کی اور سکت کر تھ ہے جو سارے بہا میں دیا گیا  
(باقی صفحہ ۴۶ پر)

بوٹوں کی جان اور شان  
بلی بوٹ پلاسٹک  
روزانہ لاکھوں استعمال کرتے ہیں





# اور اب سمانی کے میٹرک پیمانے

ماہ اپریل ۱۹۶۰ء سے سمانی کے میٹرک پیمانے — لٹر — کا استعمال شروع ہو گیا ہے  
 جبکہ وطن اور پٹرول کے صنعتوں نے میٹرک نظام کو اپنا لیا ہے  
 اب جبکہ وطن اور پٹرول لٹروں کے حساب سے فروخت ہوا کرے گا۔

## تبادلہ چارٹ

۱ گیلن تقریباً  $\frac{1}{4}$  لیٹر  
 ۱ لیٹر ۱۰۰۰ ملی لیٹر



مائع اونس		قرب ترین مائع اونس (قرب ترین مائع اونس)		قرب ترین مائع اونس (قرب ترین مائع اونس)	
۱	۲۸	۱	۲	۱	۲
۲	۵۴	۲	۳	۲	۳
۳	۸۵	۳	۴	۳	۴
۴	۱۱۳	۴	۵	۴	۵
۵	۱۳۲	۵	۶	۵	۶
(۱۰ = ۱ گیل)		گیل		قرب ترین مائع اونس (قرب ترین مائع اونس)	
۱	۱۳۲	۱	۲	۱	۲
۲	۲۸۴	۲	۳	۲	۳
۳	۴۲۶	۳	۴	۳	۴
۴	۵۶۸	۴	۵	۴	۵
(۱۰ = ۱ پائنت)		پائنت		قرب ترین مائع اونس (قرب ترین مائع اونس)	
۱	۵۶۸	۱	۲	۱	۲
۲	۱۳۶	۲	۳	۲	۳
کوارٹ		کوارٹ		قرب ترین مائع اونس (قرب ترین مائع اونس)	
۱	۱۳۶	۱	۲	۱	۲
۲	۲۷۲	۲	۳	۲	۳
۳	۴۰۸	۳	۴	۳	۴
۴	۵۴۴	۴	۵	۴	۵
(۱۰ = ۱ گیل)		گیل		قرب ترین مائع اونس (قرب ترین مائع اونس)	
۱	۵۴۴	۱	۲	۱	۲
۲	۱۰۸۸	۲	۳	۲	۳
۳	۱۶۳۲	۳	۴	۳	۴
۴	۲۱۷۶	۴	۵	۴	۵
پائنت		پائنت		قرب ترین مائع اونس (قرب ترین مائع اونس)	
۱	۲۱۷۶	۱	۲	۱	۲
۲	۴۳۵۲	۲	۳	۲	۳
۳	۶۵۲۸	۳	۴	۳	۴
۴	۸۷۰۴	۴	۵	۴	۵
قرب ترین مائع اونس (قرب ترین مائع اونس)		قرب ترین مائع اونس (قرب ترین مائع اونس)		قرب ترین مائع اونس (قرب ترین مائع اونس)	
۱	۲۱۷۶	۱	۲	۱	۲
۲	۴۳۵۲	۲	۳	۲	۳
۳	۶۵۲۸	۳	۴	۳	۴
۴	۸۷۰۴	۴	۵	۴	۵
پائنت		پائنت		قرب ترین مائع اونس (قرب ترین مائع اونس)	
۱	۲۱۷۶	۱	۲	۱	۲
۲	۴۳۵۲	۲	۳	۲	۳
۳	۶۵۲۸	۳	۴	۳	۴
۴	۸۷۰۴	۴	۵	۴	۵

میٹرک نظام اختیار کیجئے  
آسانی و یکسانی کے لئے

مقامی کردہ تجارت سرکار







THE CITY OF NEW YORK  
IN SENATE  
January 1, 1891

REPORT  
OF THE  
COMMISSIONER OF THE LAND OFFICE  
IN RESPONSE TO A RESOLUTION  
PASSED BY THE SENATE  
MAY 1, 1890

1891

ALBANY:  
PUBLISHED BY THE  
UNIVERSITY OF THE STATE OF NEW YORK  
1891

THE UNIVERSITY OF THE STATE OF NEW YORK  
THE STATE EDUCATION DEPARTMENT  
ALBANY, N. Y.



# Paljee's

PIONEER MANUFACTURERS OF RICH FRUIT BAR IN INDIA

**L E A D S   A G A I N**

We have now Mixed Original Vitamins of F. Hoffman L-a Roche & Co., Ltd. Switzerland

Now every Packet of Paljee's Rich Fruit Bar Contains

**VITAMINS B<sub>1</sub> 0-6 Mg.**

**NIACIN 10.3 Mg.**

**VITAMINS B<sub>2</sub> 0-9 Mg.**

**IRON 31.2 Mg.**

TEST OF ANALYSIS CARRIED OUT BY

INDUSTRIAL TESTING & ANALYTICAL LABORATORIES LIMITED BOMBAY

VIDE CERTIFICATE No. P/1604 DATED 12-2-55 OF PALJEE & CO. NEW DELHI-5

# Paljee's

WORLD FAMOUS QUALITY PRODUCTS

**RICH FRUIT BAR**

WITH

11 ORIGINAL PRESERVED  
FRUITS

**GOLDEN RUSKS**

MALTED & TOASTED

WITH

VITAMINS & GLUCOSE

*Available at all Leading Stores*

**PALJEE & CO.,**

**NEW DELHI-5**

Phone : 53688

Telegrams : "FRUIT BAR"